厌离今生之歌·森林杜娟妙音讲记
显示寿命无常的悦耳道歌·瀑布妙音讲记

法王如意宝晋美彭措　著论
益西彭措堪布　讲授

免费结缘，非卖品，
禁止用作任何商业用途。

厌离今生之歌·森林杜娟妙音讲记……3
显示寿命无常的悦耳道歌·瀑布妙音讲记……95
思考题……285

厌离今生之歌·森林杜鹃妙音

厌离今生之歌·森林杜鹃妙音讲记

厌离今生之歌

——森林杜鹃妙音

法王如意宝晋美彭措　著
益西彭措堪布　译

遍智诸佛自色显现善知识，无量总持辩才功德宝藏主，
百部化基麦彭智慧无垢尊，祈愿无离无合欢喜住心莲。

今生安乐圆满如梦之诸法，日夜不断贪执苦恼众有情，
心中显现众多无义世事时，情不自禁唱起厌离之道歌。

所谓财富虽为众人希求处，实为劳碌身心增加诸痛苦，
即便善妙衣食亦不忍受用，临终引起贪执障碍解脱道。

如何圆满唯仅衣食二者外，于己带来快乐丝毫绝无有，
若人拥有赡洲所有诸财物，其犹不知满足贪求散乱住。

卑微贫穷之身众人虽不齿，然思不断积护被盗之痛苦，
具有多财之人生活情形时，我想乐睡即眠乞丐真幸福。

夏季鲜花以及富人之财富，现时看似美妙然其难稳固，
若于无有实义此物太执著，难忍恶趣险路岂能不须行。

昔曾拥有四洲所有圆满乐，青春美饰胜似天人之尊主，
无常亦如空中彩虹悉灭尽，吾等财富受用定如草尖露。

去年富比龙王多数富贵人，今年步入痛苦乞丐行列中，
此等虽非梦境然如梦显故，于此轮回之乐不得不生厌。

众人交口称赞某某获高位，恰似秋云无有恒常坚固性，
无有实义定同夏日彩虹故，反复思维难道不增厌离心。

恼乱众多开示解脱僧人心，属民无过亦以法律作惩处，
自诩贤善状如毒蛇具威严，步入后世险道之时当如何。

现时自部下中高高在上状，待见阎罗卒时汝貌当不同，
难以解脱恶趣感受痛苦时，领地眷属受用虽多亦无益。

风华正茂蜜蜂享受花精粉，陶醉悦意花园难舍又难离，
秋末寒冷使者突然降临时，烦乱萦绕心头无法排遣去。

如是于此现世耽执众士夫，死主阎罗怒目现量见到时，
回想一生懈怠散乱行为时，心中虽生猛厉后悔已不及。

与己俱生以及终生守护之，自身若欲带走自亦无自主，
亲友受用如空繁星虽耀眼，然定一切留于后世独自行。

高贵喻如粉饰华丽众妙屋，无有稳固终成沙土瓦砾堆，
于此显现应作详细之观察，于诸喜爱处所贪执将减弱。

自己父辈祖辈前代诸世中，不断希求此生然亦未成功，

我虽如何精勤亦如彼无成，故修甚深圣法岂非已是时。

前半生敌多数下半生为友，今日爱重之友然于明日时，
亦有可能成为断命之怨敌，亲怨无有定准何必强贪嗔。

自己身体所生可爱诸子女，犹如自己心脏爱重而守护，
何日其身力圆当报恩德时，不作利益只令生起厌烦心。

青春韶华同龄少男少女众，互相含笑睥睨恋恋又不舍，
情投意合心中虽愿长相聚，来日苦乐谁知由然悲心生。

不定长久相聚一家众亲属，犹如集市旅客虽然暂相聚，
然以昔业六道不定而去时，互相各奔东西何方亦不知。

虽愿与胜上师相聚不分离，昔日所积业感谁人能遮止，
相聚犹如杜鹃时至南飞去，金刚道友决定相离无须疑。

上面尊主如何恭敬无法喜，下面眷属如何守护无满足，
于此轮回世事无有成办时，坦然放松安然休息正是时。

如何降伏敌人数量却愈增，如何慈护亲属烦恼却更多，
虽吃众多美食愈加增不净，现时乞丐流浪之行应希求。

于他如心守护合意之密友，于自当面背后无有高兴时，
其心之中唯有新交之女友，无友独自心喜安住正是时。

虽遇具足戒智利生善知识，然初见时一切恭敬又欢喜，
若常相聚则唯精进宣过失，浊时利益众生自利难成办。

赞颂具德大士之语不欲说，微细恶行闻时不作少观察，
遇到何人即便精进广宣说，于此众生秉性如何不生厌。

自境所住智者看亦不欲看，他处而来精通欺骗手段者，
老奸巨滑敬如天尊思此景，佛教真实接近隐没之征兆。

戒律智慧虽为持教之胜饰，然今众人不敬具有功德者，
绸衣严饰唯得活佛名字者，虽无一丝功德然居显赫位。

自己充满十万过失亦不观，于他过失明里暗里精进宣，
见到与我相同此等朋友时，厌离之心于己心头久萦绕。

所积五谷春天播撒于田中，心思秋季果熟收获虽如此，
然而人寿无增渐减之显现，岂有于前无灭存在之把握。

心中虽有人生定死之信念，然而未于死时无定精进修，
从生至今之间多年已逝去，修此圣法成就心中无把握。

自然而然之中造下诸多罪，渐积各种恶行心中无处容，
若于今日死主阎罗忽降临，去处唯有恶趣此外更无有。

虽获暇满未得佛法精华义，虽遇上师未勤习学密意行，
虽获甚深教言烦恼未对治，一生空过生起猛厉悔恨心。

现今风烛残年修持善法后，昔日所造堕罪异熟净无余，
祈愿大恩上师如雨而降下，临终无悔圣法成就之加持。

净与不净浩瀚刹土范围中，依于人与非人等等无定身，
文殊怙主上师利生行者前，我亦不离而住发此吉祥愿。

无始以恩养护慈母众有情，无有遗余大乐清净刹土中，
容易引导威力吾身独获得，愿能成办文殊上师所欲义。

何者耳闻此歌愿与吾一同，消净耽执今生如雾分别念，
无勤作中自在菩提三十七，成就究竟二利十力功德主。

具三十七菩提分数之颂文，胜生木龙年七月三十日，阿旺洛珠宗美口中流出未作丝毫修改瞬间而成。茫呷郎！

厌离今生之歌

——森林杜鹃妙音讲记

法王如意宝晋美彭措　著论
益西彭措堪布　讲授

轮回世间中的人、事、物皆是无常的本性、虚假不实、终归坏灭，无有半点实义可言。诸佛菩萨来此世间度化有情，同样会在化缘已尽之时，将色身融入法界。虽然大恩上师法王如意宝的色身已经离开我们，但上师的智慧身却永远悲护着每一位有情。今日，承垂法恩的弟子们只有按照大恩上师的遗教来修行，才是在内心深处真正依止上师，也只有这样，才能生生世世不离上师的护念，最终才能有机会将自己的心与上师的心融为一体。此次传讲上师的教言，亦是想光大上师的遗教，令道友们皆能于心中铭记，因此时此刻，恐怕再没有比光显上师之遗教更有意义的事了。

讲正文之前，首先解释题目：

【厌离今生之歌——森林杜鹃妙音】

分五段解释：1、厌离什么？2、为何要厌离？3、何为道歌？4、森林、杜鹃比喻什么？5、为何称之为妙音?

第一段：厌离什么

厌离的是今生，包括今生的财富、名声、地位、家庭、事业、情感等。总之凡属于今生的一切圆满，都须要从心里割舍，否则便无法通过修习佛法而趋入解脱正道，如六世达赖喇嘛仓央嘉措尊者云：“世上哪有双全法，不负如来不负卿。”既欲学佛又要追求世间八法的打算只能说是妄想而已，作为佛子，当系念我佛昔日为寻求真理救度众生而辞亲割爱、舍弃一切世间圆满毅然出家修行的功德。

第二段：为何厌离

1．之所以要厌离是因为如同杂毒的美味般，乍一品尝，香甜爽口，但紧接着便是毒性入身的痛苦。同样，本质上是苦谛的所谓今生圆满，表面上看起来似有安乐可享，但实际上若耽著这虚幻不实的假象，结果只能是备受欺诳以至摧毁清净善根。因为它就象一副漂亮的金手铐，虽然看起来金光闪闪，但若戴上去，便会被紧紧束缚，无有半点自由。在此世间不知有多少人被巨额的

财富、显赫的名声等一副副光亮的“金手铐”所紧紧束缚，从而令自己的心不能与真正的安乐之因——正法相应。它又象具有魔力的迷幻药，服用之后，便被其支配得颠颠倒倒，无有半点智慧。放眼世间，凡极其热衷今生圆满之人，其相续中除围绕名利所转动之外，又怎会有清净的世出世间智慧。

如同芭蕉树，外表看起来硕大、坚实，但稍经剖析，便空空如也。同样，无智之人，将希望寄托于表面上似有安乐的所谓今生圆满之上，便如同水中捞月般，毕竟无有实义可得。此今生圆满的欺诳性还在于如同盐水，看起来好象能解渴，但其实越喝越渴，永远无有满足之时。

如是便知：世间法是痛苦的本性，所以要厌离。

2．从另外一个角度讲，之所以要厌离今生，是因为耽著今生是解脱道的最大障碍，亦是一切罪业的来源。

说它是解脱道的最大障碍，是因为：若专注于今生圆满的追求，则势必会将绝大部分的时间、精力用于功名利禄、荣华富贵等的求取中，如是又能有多少时机用来串习正法的闻思修行？即使稍有时间可以支配，但由于心早已被杂染的世法所束缚，又怎能与解脱道相应？

因为脱离以出离心摄持的任何身心所作，皆不可能积聚与解脱道相应的善根。并且，若仅耽恋今生，则包括后世获得人天安乐的善根都不会有。所以，被今生圆满所束缚的人身是可怜之至的无暇人身，无有希望解脱，故叫作“息灭解脱灯”。

说它是罪业的源泉，是因为：为今生圆满而求取的人，任何罪业都会毫无顾忌的去造作。如为获取物质财富，在强烈贪心的驱动下，会千方百计乃至不择手段地将他人的钱财攫取到自己的囊中。在此过程中，不要说造下绮语、妄语等恶业，甚至于不惜将自己拥有财富的快乐建立在他人倾家荡产的极度痛苦的基础之上。若求取不到，便大动嗔心，以至想方设法欲将障碍铲除。同样，为了名声、地位及男女感情等，身口意三门亦全部围绕罪业而转。所以，若沉醉于追求今世圆满，则举心动念无不是罪，结局只有堕入三恶趣。故应看破今生、厌离今生而少欲知足。

如华智仁波切云：“今生世间的一切琐事，将导致现在与将来无法从轮回的痛苦中解脱，所以应该斩断今生的绳索，修持后世的菩提。今生的父母、亲友、财产受用皆要如唾液般舍弃，衣服、饮食等应当随遇而安，知足少欲，唯一修持妙法。”

大恩上师于《忠言心之明点》中亦讲道:“贪著现世无法缘,屡享欲乐生贪心,利乐称誉求不得,如梦买卖故舍弃。”

意思是说:若贪著今生,便不会有学法的缘份;多享欲乐,只会增上贪心;而且利乐与名声皆如梦中买卖般虚妄无实,了不可得。所以为了获得真正的安乐,今生的圆满皆应舍弃。

第三段:什么是歌

此处的歌并非以分别心所杜撰的普通文字,而是上师如意宝安住于智慧境界中,瞬间脱口而出的道歌,若用心吟唱,定能获得道歌的加持。在道歌的最后,上师亦发愿作加持:愿听到此道歌者皆能清净耽著今生的分别念,于无勤作之中成就二利究竟的佛果。

第四段:森林杜鹃比喻什么

森林中的杜鹃,每逢初夏之时,便会日夜不停地鸣叫。远离故乡的浪子,耳闻杜鹃之声,好象是在一声声的叫——快归去!快归去!如是轮回中的有情如同漂泊在苦海中的浪子,误将他乡认己乡,由于迷狂地向外追求轮回中所谓今生的圆满,而忘记须要返回心地的家园。为唤醒如是有情,出离娑婆,回归极乐,上师如意宝便化身应世,如森林中的杜鹃般,日夜不停地啼唱,

劝导众生，舍弃今生入解脱路回归心地之家。并且上师这种唤醒有情舍弃今生、返归心地之家的事业于生生世世中从未间断过。所以此处森林杜鹃实际是在比喻，于五浊恶世的末法时代，以悲心唤醒世人迷梦的大恩上师——法王如意宝。

第五段：为什么是妙音

因为此道歌完全是不假任何分别念思索的智慧自然流露，所以是妙音。又因为道歌未夹杂任何贪嗔烦恼，完全是从清净大悲心中等流而出，所以是妙音。并且听闻、受持如是之道歌，一定能够远离今生世间八法的染污束缚，令身口意三门完全转入解脱道，从而圆满一生的修行，所以是妙音。

下面正式宣讲道歌的内容。

整个道歌共三十七个颂词，分作四层讲：

第一层是第一颂，讲祈祷全知麦彭仁波切；

第二层是第二颂，讲吟唱道歌的等起；

第三层是中间三十一颂，具体讲厌离今生的内容；

第四层是最后四颂，讲发愿。

第一层：祈祷全知麦彭仁波切

【遍智诸佛自色显现善知识，

无量总持辩才功德宝藏主，

百部化基麦彭智慧无垢尊，

祈愿无离无合欢喜住心莲。】

此颂分三层讲：1、对谁祈祷？2、为什么要祈祷？3、祈祷什么。

一、对谁祈祷

即对遍智诸佛自色显现的善知识——具有无量总持功德、无量辩才功德的功德宝藏之主尊——百部坛城化基的麦彭智慧无垢圣尊，虔诚祈祷。下面分别解释：

1.【遍智诸佛自色显现善知识】

自色，即诸佛智慧自现的色法。在大恩上师自己所著的《全知麦彭仁波切略传》中，开始便说："三世诸佛智慧总集的文殊师利菩萨，其智慧种子字'德'字，在释迦牟尼佛的所化刹土——藏地雪域，变成以人的形相利益无边众生，使他们都成为获得殊胜菩提安乐的大智者，这位在众生面前以善知识形象应世的尊者，就是全知麦彭仁波切。"

根据全知麦彭仁波切传记中的记载，尊者的弟子经常看到在他将要传法的时候，旁边的文殊菩萨像便放光融入他的心间；在与格西洛绕彭措辩论时，格西等现量见到尊者是文殊菩萨；在竹庆寺传法时，弟子们亦见到是文殊菩萨。全知麦彭仁波切曾对弟子们说："对你们

来讲，也可以说是文殊，因为一切经论皆已无碍通达，且于辩论之时，无余显现于心中。”

晚年在圆寂之前，全知麦彭仁波切亲口对弟子说：“现在说真话没有人听，讲假话才有人相信，我过去从来没有跟人讲过，其实，我不是普通的凡夫，而是乘愿来此人间的菩萨。”而且说：“我从儿时至今，所著的一切著作、仪轨皆是文殊菩萨加持入于心间后而作，无有一句夹杂自己的分别念。”

通过上面的传记，要明确祈祷的对境是遍智诸佛自色外现善知识形象的全知麦彭仁波切，也可以说是诸佛智慧总集的文殊菩萨所外现的大班智达——全知麦彭仁波切。

2.【无量总持辩才功德宝藏主】

（1）无量总持功德

总持，梵语称之为“陀罗尼”，即以殊胜的正念与智慧将所有经论的句与义皆能不忘记而受持，而且过去没有听过的法义亦能于心中明现。

关于全知麦彭仁波切具有无量总持的功德，可以以尊者的传记来证明：

全知麦彭仁波切在十五岁修文殊语狮子时，即获得极其殊胜的验相。尊者自己说：“从那时起，无论阅读

显宗还是密宗等的典籍，只要一过目，便能理解，只需听传承，而勿须烦劳上师解释。”这便是法义能够于心中明现的总持功德。

在石渠即雅寺时，三天便阅完甘珠尔。在格蒙寺入定修法的间歇，用二十五天阅完丹珠尔，且在此次阅读之后，经论的内容便已经熟记不忘。尔后，于扎加寺以背诵的方式念诵丹珠尔的传承，当时弟子们按论部对照，发现无有丝毫差错，这便是经论句义明记不忘的总持功德。

（2）无量辩才功德

辩才无碍解，即是对所有的提问皆能够无碍的回答，且对所有的问辩者皆能够答辩，获得了从某一法义展开，乃至宣说一个大劫，亦不会穷尽的智慧。

在纽西堪布的《大圆满传承源流史——蓝宝石》中如是赞叹全知麦彭仁波切：“他完全觉醒了在无数个生世的串习中所形成的白业功德作为因，加上上师的恩德与深意的加持作为缘，移到自相中，对佛经甚深广大的意义，在不违背四依法的前提下，分别以辩才无碍来加以理解，自在大如天空的天成智悲印象，解开八大无畏的伏藏。”又赞叹说：“在能够讲解无数典籍的学者当中，他就象一头无畏的雄狮，能够流畅地讲解或漫谈，典籍

注释等方面畅行无阻。”

（3）无量功德宝藏主

颂词中是以“总持”与“辩才”为例，实际上全知麦彭仁波切的功德无法用语言一一描述，只能说是“无量功德宝藏的主尊”。

依怙蒋扬钦哲仁波切曾对人说：“如今在这片大地上，没有人能比喇嘛麦彭更有学问，如果将他的本生与功德皆记录下来，则恐怕比《广般若经》的经卷还要多，只是他不愿意写而已。”

3.【百部化基麦彭智慧无垢尊】

“百部”是指四十二部寂静本尊与五十八部忿怒本尊，共一百部。此百部本尊的化基便是全知麦彭仁波切。“麦彭智慧无垢”是尊者的名号，藏文为“麦彭·罗珠智美”，其中“罗珠智美”四字翻译为“智慧无垢”。

二、为何要祈祷

因为所祈祷的对境，并非普通的凡夫、仙人以及声闻、缘觉，亦非功德不圆满的学道菩萨，而是诸佛自色、形相现为人之形相的无量功德宝藏主。对于如是智悲力圆满的全知上师——麦彭仁波切，有缘者只要具信心与恭敬心，则无论何时何处作祈祷，皆会得到大悲的观照与智慧的加持。所以欲获得佛法共与不共的悉地，须要

特别注重虔诚祈祷与我等因缘甚深的全知上师——麦彭仁波切。

上师如意宝于《全知麦彭仁波切略传》中写道:“我们依靠诚心向他祈祷的日光，一定能够使尊者浩大无边、如雪山般的加持日渐融化，并且流出共与不共两种悉地的清泉，滋润我们身口意的大地。”

此是大恩上师用金刚句所作的证明，无有丝毫夸张。上师本人十五岁时开悟，便是依靠全知麦彭仁波切的加持。当时上师一心一意祈祷全知麦彭仁波切，在短时间里，念诵一百万遍全知麦彭仁波切的祈祷文，且阅读尊者所著的《直指心性》满一万遍。如是得加持后而开悟，从此以后，获得真实文殊菩萨化现为上师形象的全知麦彭仁波切以彩虹身来摄受。

大恩上师曾对弟子们说:“我自己相续中乃至刹那顷的慈悲心与信心，皆是由全知麦彭仁波切的加持入于心间的结果，我们这些弟子，即使以尊者开个玩笑，亦会对获得意传加持产生障碍。”上师还说:“全知麦彭仁波切所造的显密论典，在七世之中，此无比善说的加持会一世比一世更加增上、殊胜。”而且说:“我自己的加持要快速圆满的融入弟子的相续，比较困难，但是祈祷全知麦彭仁波切，可以保证迅速证悟大圆满的正见。”

作为大恩上师法王如意宝的弟子，通过上面的教言，应当了知虔诚祈祷全知麦彭仁波切的重要性。

如今在五明佛学院求法，所学所修，大多数是全知麦彭仁波切为众生遗留的法宝，相续中能够生起少许信心、悲心与智慧亦皆是全知上师——麦彭仁波切加持的结果。总之，作为法王如意宝的弟子，若欲获得共与不共的悉地，乃至最高成就，千万不要忘记祈祷全知麦彭仁波切，祈祷尊者是一切加持的来源。

三、祈祷什么

所祈祷的便是“无离无合欢喜住心莲”，即祈祷全知麦彭仁波切以无离无合的方式恒时欢喜安住于自己信心的莲花之中。此处信心比喻为莲花，智慧的加持比喻为日光，安住心莲比喻全知麦彭仁波切的智慧完全融入心间。

无离无合即上师的智慧与自己的心成为无二一体，既然无二一体，便不会有分离，亦不会有和合。因为只有存在他体才会有两个他体的分离与和合，既然是无二一体的未有丝毫远离过，又怎会有和合之相可得呢？从如是的祈祷方式亦可以看出大恩上师与全知麦彭仁波切于实际中无二无别。并且上师几乎在所有的著作之前，都要顶礼祈祷全知麦彭仁波切，如在《无常道歌》

中云:“广集诸尊坛城之作者，无上恩师法王麦彭尊，安住吾心莲花盛妙垫，唱起一串自然悟道歌。”在《大圆满直指心性广疏》中云:“佛子文殊童子之心间，显现诸佛三密德字形，复于此世现示善知识，恒时皈依麦彭降措尊。”在《给巴先的教言》中云:“诸佛智悲力之幻化舞，如海坛城本尊射收主，吾之唯一依处麦彭尊，愿菩提间相聚蒙守护。”在《三世佛语合而为一》中云:“自心无生光明性，即是了义文殊尊，住于本无离合中，了悟本面而顶礼。”

通过这些事例，应当了知如何随学上师如意宝的行为，即上师是如何祈祷，作弟子的亦应随学上师祈祷的方式而作祈祷——祈祷生生世世不离全知麦彭仁波切，祈祷全知麦彭仁波切的智慧身摄受我们，与我们的心无离无合，祈祷能够生生世世弘扬全知麦彭仁波切的无上教法。

雪域年龙达热拉姆空行母的父亲——伏藏大师阿傍尊者曾经授记：全知麦彭仁波切圆寂后，转世为上师如意宝。实际上，上师如意宝的功德、事业也就是全知麦彭仁波切功德、事业的延续。

第二层：吟唱道歌的等起

【今生安乐圆满如梦之诸法，

日夜不断贪持苦恼众有情，

心中显现众多无义世事时，

情不自禁唱起厌离之道歌。】

顶礼、祈祷全知麦彭仁波切之后，便开始宣说吟唱道歌的等起。根本之因是由于以大悲心观照轮回的苦恼众生所引发，即见到无量的众生对于如梦幻般的所谓今生安乐圆满之诸法，日夜不断地贪执。当心中显现如是众多无意义的世间琐事时，便情不自禁唱起厌离的道歌。

之所以说是以大悲观照，是因为上师早已彻见一切今生安乐皆是镜花水月，无有丝毫实质可求的义理。但世间的众生由于全然不懂此理，便于心中妄执存在实有的安乐，且由此实执误诱身口意三门不间断地造作恶业，而不知回头是岸。见到众生无意义地追求今生、造作罪业，上师的大悲愿海中便自然等流出能够涤荡众生罪业的清凉道歌。

第三层：具体讲厌离今生的内容

【所谓财富虽为众人希求处，

实为劳碌身心增加诸痛苦，

即便善妙衣食亦不忍受用，

临终引起贪执障碍解脱道。

如何圆满唯仅衣食二者外，

于己带来快乐丝毫绝无有，

若人拥有赡洲所有诸财物，

其犹不知满足贪求散乱住。

卑微贫穷之身众人虽不齿，

然思不断积护被盗之痛苦，

具有多财之人生活情形时，

我想乐睡即眠乞丐真幸福。】

此三颂讲财富是引发身心痛苦的根源，故应厌离今生的财富。

【所谓财富虽为众人希求处，

实为劳碌身心增加诸痛苦。】

所谓的财富，虽然是很多人梦寐以求的希欲求取之所在。如为了发财，倾注自己有限的精力，徒耗宝贵的时光，甚至背井离乡只身远赴异地他乡，更有甚者竟然不惜违背道德良心，造尽恶业。但实际上人们朝思暮想的财富，根本不可能给任何人带来任何本质意义上的幸福。相反，在求财、守财、破财的过程中，唯一获得的只能是劳碌身心，增加各种痛苦的结果。如罗状元云：“急急忙忙苦追求，寒寒暖暖度春秋，朝朝暮暮营家计，昧昧昏昏白了头。”如是年复一年、日复一日，总是于

朝朝暮暮中匆匆忙忙苦苦的追求财富，不知不觉于懵懵然然之中便走完一生，再回首终生的忙碌，皆只是徒劳辛苦而已。

【即便善妙衣食亦不忍受用，

临终引起贪执障碍解脱道。】

前面两句是讲追求财富所引起的今生之身心痛苦，此二句是讲执著财物是临终解脱的障碍。

若平时对财物很执著，悭贪的习气便会渐渐坚固。如为积累财物，即使稍好的衣食，自己亦舍不得受用。这种贪执熏染的习气导致临终时心中仍然放舍不下，由此便形成趣入解脱道的极大障碍。如修习净土之人，若临终时心中仍执著钱财，则无法提起往生的正念，在这种状态下，即使阿弥陀佛亲来接引，亦无法与佛陀感应道交从而失去解脱的良机。因为临终的心态至关重要，古人云："心绪多端，重处偏堕。"意思是说，临终时哪方面的心念力量强，便随此心念转生。所以，此时若念佛心强，便会往生净土花开见佛；若念财心强，以如是的贪执，便可能堕入饿鬼道中感受剧苦。故若贪执习气深重，一定是往生的严重障碍。如一棵树存活时一直东倾，则最终一定是倒在东边，而不可能是西边。同样，若平常念念皆是求取世间八法，则最终一定是转生回娑

婆世界，且多是坠堕三恶趣。所以为使临终心无牵挂顺利往生，则于平时便要放下对财物的贪执，不贪不求少欲知足，如是到紧要关头，才能与佛相应端坐莲台、直趣西方。

【如何圆满唯仅衣食二者外，

于己带来快乐丝毫绝无有。】

此二句是提醒具贪有情：生存必须的条件其实很简单，所以无需过多奢求。

生活所需的财物中，可以分成两分，即一分是安身立命、滋养色身的必须品，另一分则是恣意五欲、纵情六尘的奢侈品，美其名曰“改善生活、品味人生”，其实质完全是贪欲的产物。生存必须品无外乎衣食两类，并且饮食方面能够疗治饥虚足矣，衣物方面能够遮寒蔽体亦罢。除此之外莫贪珍肴佳膳、华服美衫，锦衣玉食的生活不仅无有丝毫快乐的本质，反而成为身心的负担。因为首先须要挥汗如雨或者绞尽脑汁地去积累资财，千方百计获取之后又要去购买，买得以后还要受用，如是便无有闲暇的时间与精力去作真正能够利益自己身心的事。懂得此理之后，便要用减法的公式来对待自己的生活所需，而不能用加法，也就是说，除了生活必须品以外，一切多余的财物都要逐渐减少，如是知足少

欲，心才会趋于清净，相应正道。如罗状元在《醒世诗》中云:“平生衣食随缘过，才得清闲便是仙。”又说:“身贫少虑为清福。”所以，安于清贫简朴的生活，心便会少打妄想，如是少思少虑才是难得的清福。

【若人拥有赡洲所有诸财物，

其犹不知满足贪求散乱住。】

此二句是讲拥有财富未必拥有安乐之理。

穷人觅财不得是求不得的痛苦，而拥有资财的富人是否一定安乐呢？答案是:只要相续中存在对物质的贪执，便不会拥有真正的安乐。如颂词中说:若有人拥有南赡部洲所有的财物，但仍不知足欲贪求更多的财富，则身心一定是处于散乱不安的痛苦状态中。如即使是百万富翁，虽富有资财，但若仍想谋求更多的财富，则一日清闲亦难得。如是便应了知:痛苦与安乐并不在财富的多少，而是在于贪执的有无，离贪安乐即刻现前，具贪痛苦永远相随，即使富可敌国，但只要贪执未断，则仍然不会有安乐可得。因为苦乐只有在心上才能够建立，无情的财物上不可能存在苦乐的自性，所以千万不能将追求安乐的目标确立在财物的积聚上，否则，会因此被贪欲的烦恼所系缚而疲于奔命永无宁日。

【卑微贫穷之身众人虽不齿，

然思不断积护被盗之痛苦，

具有多财之人生活情形时，

我想乐睡即眠乞丐真幸福。】

既然幸福的标准并不在于拥有外在财物的多少，而完全取决于内在心灵的感受，则腰缠万贯看似体面的富翁，实际中未必比身无分文看似寒酸的乞丐活得更自在。卑微贫穷之人，虽遭他人轻视，但想及富人那种为了财产必须连续不断的遭受积累、守护以及唯恐被盗的种种痛苦生活情形时，便想还是想睡就睡，无有心事挂碍的乞丐，才是真正的幸福。

乞丐虽然生活贫穷，地位卑微，但内心自在，因为无有守护家业的辛劳，且日日皆是随缘而过，随遇而安。从来不会有唯恐财物被他人偷窃的担忧，更不必忧虑公司倒闭破产负债之类的繁杂琐事，心中无有牵挂。相反，富人日日为财富所累。如辛辛苦苦积聚财富之后，又怕被他人盗掠，为此而采取的种种防护措施，将本应属于悠闲温馨的家园，封闭得如牢笼囚房般坚固，自己亦如身陷囹圄般惶恐不安，丝毫亦体会不到生活的自由惬意、祥和安乐。而且出门亦时时提防、处处小心。日日夜夜皆于担惊受怕的状态中煎熬，无有片刻放松之时，加之当今社会又愈加复杂，财富反而成为危险的因素。

如是比较起来，富人的确不如乞丐生活得幸福自在。罗状元于《醒世歌》中亦云：“贪名逐利满世间，不如破衲道人闲，笼鸡有食汤锅近，野鹤无粮天地宽。”意思是说，在此世间充满贪名求利的人，但都不如身着破衲的修道人清闲。如笼中之鸡，虽然食用丰足，但等待它的将是汤锅中的沸煮。野鹤虽然无有粮食，但属于它的天地却极其宽广，可以自由自在穿云破雾、啸傲长空。

【夏季鲜花以及富人之财富，
现时看似美妙然其难稳固，
若于无有实义此物太执著，
难忍恶趣险路岂能不须行。
昔曾拥有四洲所有圆满乐，
青春美饰胜似天人之尊主，
无常亦如空中彩虹悉灭尽，
吾等财富受用定如草尖露。
去年富比龙王多数富贵人，
今年步入痛苦乞丐行列中，
此等虽非梦境然如梦显故，
于此轮回之乐不得不生厌。】

此三颂讲财富、受用是无常的本性，即财富圆满是坏苦的本性，所以对轮回中有漏的财富当生厌离。

富人的财产就如夏日的鲜花般，绽放之时虽看似美艳，妙语难喻，但却并非坚实之法，一旦因缘离散之时即刻破灭。如果对如是无有实义的财物过分执著，则死后定赴难忍恶趣的险路。

昔日即便是拥有四大部洲所有的圆满、安乐，青春美饰胜过天人的尊主，当无常显现之时，亦如空中的彩虹般皆已灭尽，何况吾等如此微少的财富受用，决定会如草尖的露水般，仅一晨之顷便消散无余。

去年富裕如龙王般的诸多富人，今年已穷困潦倒变成痛苦的乞丐。此等虽然不是夜晚的梦境，但却与梦境显现同样虚假，见到所谓轮回的安乐如是欺诳不实，又怎能不生厌离心呢？

颂词中"鲜花与彩虹终归坏灭"的比喻，是告诫有情勿被一时美妙的假相所迷惑，当认请虚妄的本质。如夏日的草原虽然绿草鲜花交映互饰，处处皆是纷繁妙景，但这一切仅仅是显现一时的虚幻假相。时至秋日寒霜初降，绿草枯蔫、鲜花凋零，待到寒冬大雪弥漫，寸草不生、朵花无存，所以此种所谓的美妙无有丝毫实义可得。

再看彩虹，因缘聚合正现之时，的确绚丽异常，如七色的彩带悬挂于空中，但此亦是幻化，一旦因缘消散，

便踪影全无。

鲜花与彩虹喻示轮回中的一切圆满，皆不离坏苦的本性而无丝毫坚固可求。一切看似光耀的财富，皆必定如彩虹消失于虚空般灭尽无余。拥有者与所拥有皆无有丝毫实义可以永久保留，这便是一切有漏法的本性。

如憨山大师在《醒世歌》中云："春时才看杨柳绿，秋风又见菊花黄，荣华终是三更梦，富贵还同九月霜。"道歌是说：春天刚看到杨柳发绿，至秋风刮起之时，就会看到菊花发黄，此世界中的一切皆在不停地迁变，荣华终究是三更的美梦，梦中似有安乐，梦醒了不可得，富贵亦如九月的秋霜，旭日初升便化为乌有。

罗状元亦云："人间富贵花间露，纸上功名水上沤，看破世情天理处，人生何用苦营谋。"意即既然功名富贵如晨露水泡般虚假无实，则实在无有任何必要于人生中对此等幻化苦苦谋求，故应舍弃对虚假财物的追求，将身心完全投入于有实义的修行中。

【众人交口称赞某某获高位，

恰似秋云无有恒常坚固性，

无有实义定同夏日彩虹故，

反复思维难道不增厌离心。】

此颂是讲高位无常，无有实义，故当舍弃世间的高

位。

若某某获得高位，世间的人们皆会交口称赞，但不知所谓的高位，就如秋日空中的浮云般，看似浮在高处，实际是刹那生灭无有丝毫恒常坚固的自性，转瞬之间便会荡然无存。每一种高位的获得皆是在一时的绚烂之后，便无声无息的消失，注定如彩虹般无有任何实义可得。如是反复思维，为何不增上厌离心呢？

大恩上师于《无常道歌》中亦教诫道：“秋日白云堆积如雪山，刹那无迹消失虚空中，现世如是无有可靠处，此喻堪为厌世良教言。”

【恼乱众多开示解脱僧人心，
属民无过亦以法律作惩处，
自诩贤善状如毒蛇具威严，
步入后世险道之时当如何。
现时自部下中高高在上状，
待见阎罗卒时汝貌当不同，
难以解脱恶趣感受痛苦时，
领地眷属受用虽多亦无益。】

此二颂是讲为官不仁者必定堕落，警告有权势的人不要依仗一时之权势而造作恶业。

本来僧人所作的是为众生开示解脱道路的弘法利

生之事业，凡为官者当给予护持，但某些恶官反而恼乱僧众的日常修行，干预弘法事业。对于无辜的民众，亦不分是非，滥用职权妄施法律肆意惩处，且于外表假装贤善、自谓善良，实际内心如毒蛇般令人恐畏。如是的一时威风，至步入后世险道之时又当如何呢？虽然现在依靠权势，对部下发号施令，俨然一副高高在上的样子，但见阎罗狱卒之时，定将威风扫地。若至只能于恶趣中呼号哀怨备受痛苦煎熬之时，则生前拥有的领地、眷属、受用虽然不可计数，但届时亦无济于事。全知麦彭仁波切于《君主法规论》中亦指出："未来恶劣诸君主，损害追随佛陀者，违背三世佛经教，最终堕入大地狱。"又云："佛于虚空藏经等，诸经部中已遮止，惩罚制裁出家僧。经说君主若惩治，一切追随佛陀者，成为损失福德力，毁坏国政之根源。"所以，一切恼乱僧人身心的行为皆会如影随形般必然领受因果的报应。

憨山大师于《醒世歌》中亦云："人从巧计夸伶俐，天自从容定主张，谄曲贪嗔堕地狱，公平正直即天堂。"意即某些人自以为聪明，用诸多骗人的伎俩欺世盗名，虽能一时蒙蔽世人，但却无法欺骗因果。因果规律毫厘不爽，若心地谄曲贪嗔，则必定堕入地狱，若心地公平正直，则必定升入天堂。所以，今生虽然一时处于高位，

但亦不能因此贪执权势，否则高位便成为跃入痛苦深渊的跳板。因位高权重之人，一旦造起罪业往往极其深重、过于常人，所以最终的结局亦是难以想象的凄惨。如大恩上师于《岩洞老人颤抖道歌》中云：“自认英勇傲慢权势者，欲想于自领地长久住，若勤造作诸多无义罪，转生地狱之时心定颤。”

【风华正茂蜜蜂享受花精粉，

陶醉悦意花园难舍又难离，

秋末寒冷使者突然降临时，

烦乱萦绕心头无法排遣去。】

此颂是以蜜蜂采蜜来喻示提醒人们眼前暂时的安乐，皆难逃终归坏灭的痛苦。所以，不应执著眼前的安乐，当舍弃今生去寻求佛法的大义。

当万紫千红的鲜花盛开之时，蜜蜂欢喜的享用花蕊的精粉，陶醉于赏心悦意的香浓花园中不忍离去。虽然蜜蜂愿意享受长久的欢乐，但时节无情，当秋末的寒冷使者突然降临之际，鲜花便皆凋零，失去往日的芳香，留存的只有烦乱与感伤萦绕心头而无法排遣。大恩上师于《无常道歌》中亦有一颂与此颂意义相同曰：“点缀绚丽多彩花丛中，蜜蜂欢唱胜似妙音天，虽欲享受长久之欢悦，无奈业感显现花凋零。”此中的喻义在于：若

能够仔细深入地思维，则定会了知一切所谓的三有安乐本是痛苦的本质，尔后便不会强执今生的富贵荣华、名声美貌乃至一切看似安乐的所谓世间圆满。

如来芽尊者亦云："我虽然看见世间那些最高贵、有权力、极为富裕、相貌庄严的人，但是对他们不生羡慕心，而注重前辈高僧大德的事迹，这是自己相续中生起少许无常定解的缘故。因此我除了无常外没有其它殊胜的教言传给别人。"

【如是于此现世耽执众士夫，
死主阎罗怒目现量见到时，
回想一生懈怠散乱行为时，
心中虽生猛厉后悔已不及。
与己俱生以及终生守护之，
自身若欲带走自亦无自主，
亲友受用如空繁星虽耀眼，
然定一切留于后世独自行。】

此二颂是讲与上一颂中的比喻相对应的意义。

很多人在一生中的黄金时代，几乎将所有的精力皆用于追求当生之声色犬马的世间享乐上面，并没有为未来的解脱积聚资粮。如是耽著现世而空过一生的人们，于临终现量见到死主阎罗王怒目圆睁之时，回想自己的

一生都是在懈怠与散乱的行为中度过，解脱的资粮丝毫没有积累，此时心中虽然生起猛厉的后悔心，但为时已晚。死时，即使是欲带走俱生而有、且终生保护的身体，亦决无自主的可能，更何况其它身外之物呢？亲友、受用等虽然如夜空中的繁星般耀眼，但这一切决定无法相随，只有自己一人孤独地随黑业飘泊在可怕的中阴险路。

针对此段，不妨分析一下两种人生追求，及其最终的结果：一种人追求现世的世间八法，将毕生的时间与精力几乎都用于求取功名利禄、富贵荣华之中，为此没有积累解脱的资粮，临终之时，穷尽此生所得到的名闻利养、妻财子禄，不仅对自己起不到任何帮助，且丝毫亦带去不得，只有为求取欲乐而造下的黑业伴随自己转入恶趣受苦。所以追求今生，结果是先乐后苦。

另一种人则并不耽著今生无意义的欲乐，而追求来世的解脱，为此淡名泊利、疏亲远财，甚至远离尘世的喧嚣，幽居在极静的山林，辞尊居卑、遁名匿迹，勤积七种圣法财，结果于临终之时，因为无有世间名利财眷的耽著，心中了无挂碍，又因为此生无有空过，善法资粮积聚圆满，便于相续中伴随着佛法的境界安然而逝。由于厌离今生，寻求解脱而感得先苦后乐之果，从而真

正实现了暇满人身的大义。

经过比较不难得知：前一种人就如比喻中的蜜蜂般，注定于忧悔中死去；而后一种人由于厌离今生，所以，不仅于生时善用佛法给予生命最庄严的点缀，亦于殁时给予死亡最终级的关怀，可谓真正做到于生于死无憾无悔且于来世又必获安乐。

大恩上师在圆寂之前说过如是的教言："华智仁波切曾经说过'无须上师自为自上师，无须侍从自为自侍从'，即是针对如我一般的人而言，我是多么幸福啊！"又说："临终之前说很多话是没有用的，有的人临终时还在为分割遗产而花费心思，真是无有任何价值。"

全知麦彭仁波切亦云："已获难得暇满时，今若放逸不谨慎，死主使者到来时，纵然追悔岂能改？……死主于彼从不问，汝事是否已完成？是故一切福德事，即日迅速当行持。"

所以，既然已经获得难得的暇满人身，若不倍加珍惜，整日放逸懈怠，对于有关佛法的前行、正行、回向等都是心不在焉、若无其事的态度，则不仅空过此生，且殃及后世。如持咒时三门散乱，闻思时仅求传承，发心时错乱因果，待人时无有慈悲，所追求的又都是世间八法，如是一生几乎都是在懈怠与散乱中荒废时光。至

临终阎罗死主清算总帐之时，便会发现信心、悲心、智慧、福德及禅定等功德可谓点滴无有，相反杀盗淫妄等诸恶业却比比皆是。总之，善业微乎其微，恶业无法计数，由此定当堕入地狱无疑。

若果真如此，再回望一生的懈怠与散乱，即便是捶胸顿足、悔不当初，亦是无济于事。试问诸位：若阎罗死主即时将至，能否泰然自若、问心无愧？能否回首往昔无有空过？所以，若再不悔改恐怕很多人都将如颂词中所说“心生猛厉后悔已不及”。

故从今以后，为使临终无悔，便要珍惜分分秒秒，一方面须要尽量断除懈怠与散乱的行为，另一方面，力所能及的与佛法相关的一切修行都须要迅速行持。莫贪恋眼前的所谓幸福，莫憧憬未来的所谓美满，存活一日就要精勤修学一日、积累一日的资粮，万万不可空耗时日。

【高贵喻如粉饰华丽众妙屋，

无有稳固终成沙土瓦砾堆，

于此显现应作详细之观察，

于诸喜爱处所贪执将减弱。】

此颂告诫有情当学会观察虚假的外表粉饰，由此减弱以往的贪执。

颂词中举了一个例子。如经过粉饰、装潢之后的华丽房屋，若不观察，便容易被此假相所迷惑，认为是稳固恒常、令人悦意的实有之物。若详细善加观察之后，便会了知这只是暂时的假合，除沙土木石等之外，根本不存在实体的美妙住宅。再将土木等继续分析下去，则除微尘外一无实有。因为假合的本性永远是虚妄，不可能有真实性可得，亦不可能令它变成实有法，所以终有一天所谓美妙家园亦会成为零散堆积的沙土与瓦砾。

佛陀曾告诫过众生三界是苦、空、无常、无我的苦谛。轮回中三有的本质本来如是，任谁亦无法否定，但世上的人却偏偏不愿正视轮回痛苦、人生无常的事实，总是挖空心思、想方设法妄想创造出一个实则根本不存在的有漏的所谓坚固安乐。

人生本来平淡简单，执著今生的人却总想使它奇异复杂，如是厌弃简易质朴，追求奢侈豪华，为掩盖土木沙石便在屋子的里里外外装饰点缀，当假合完成之际，仍全然不知这一切仅是微尘的堆积，反而生起强烈的实有贪执。实际中，土木陋室与豪华住宅的所谓差别仅仅在于，前者是土木的本来面目，后者是本来面目的包装粉饰而已，二者在虚假不实方面无有任何不同，皆是微尘积聚性。若不知此理，房屋装饰得愈加精美，则痴心

便会愈加增盛，清净智慧自然愈发减少。

通过此喻推广观察：一个人本来普通平凡，身体是微尘的堆积，且不净周遍，内心又是刹那变化的相续分别，且业惑充满。如此的微尘积聚与刹那相续，又有何高贵可言呢？但如是的事实，人们却不愿接受，不愿安住于纯朴自然，总想通过包装之后摆脱平凡普通，以便在他人面前展现出看似诱人的所谓人生高贵境况，时下诸多所谓名人便是如此。如欲成明星，首先须要在外表上修饰一番，尔后在言谈举止上再造作一番，甚至于不惜重金聘请名家杜撰个人传记，伪编动人情节，虚构曲折离奇，还要通过参予一些公益事业而制造场面、烘托背景。如是所谓个性鲜明、内涵丰富的光彩明星形象便炮制而出，成为他人心目中高不可攀、竞相追逐崇拜的偶像，此时自我感觉亦是不同凡响。但如是虚假的“高贵”，最终一定会显露它的本来面目。因为不净显现绝对不是美丽，业惑杂染绝对不是清纯，终究只是不净微尘与杂染刹那的自性。

经由如是分析，便可了知欺诳的所谓“高贵”，实际无有任何稳固的实义可得，根本不值得去营造追求。所以，没有任何必要去增益高贵的身份、显赫的名声与豪华的生活等，迫切需要的唯一是以老实真诚的态度勤

苦的修行。

大成就者单巴桑吉尊者云：“物质如云雾般，不要执著为常有；一切名誉如谷响般，不要追求名誉，应当修持法性；妙衣如彩虹般，应当穿破旧的衣服修行；美味食物亦是不净物之因，不要为充饥而忙碌；如意宝自己具有，不要贪著饮食财物；任何琐事都是无有利益的，应当修行成就之法；自己的身体最终会被小虫吃掉，何时消失亦无法确定，不要散乱虚度此生。”

【自己父辈祖辈前代诸世中，

不断希求此生然亦未成功，

我虽如何精勤亦如彼无成，

故修甚深圣法岂非已是时。】

此颂是告诫有情：凡追求今生之人，永远都是失败者，只有修持圣法，才能成为永远不败的圣者。

父辈、祖辈都是为希求当生的圆满而奋斗终生，虽欲实现一生的现世理想，但皆终告失败而死去。如是一代代往前推，可以说在此轮回世间，无始劫以来，出生过无量的未苏醒出世间善根的众生，只是为当生的圆满而奋斗，结果周遍十方三世，一切耽著今生的有情，皆无一例外的从未得到过真正的成功。

在此世间，曾出现多少希望自己长生不死、江山永

固的帝王，但回望历史试问成功者谁，可谓古今绝无。相反，在政权被推翻的过程中绝望而死的却比比皆是。又有多少商人，一生的所求就是巨额的财富，但商场无情，尔虞我诈，任谁亦不可能是永远的赢家，很多人往往是在贪婪中遗憾的死去，即使生时富甲一方，亡时连根线亦带不走。如果此等亦可称得上是成功者，则真可谓是对“成功”二字的绝妙讽刺。再看天界中，无论欲界、色界还是无色界的天人，若拥有实有的成功，便不会堕落。如我乳转轮王，在注重现世之人的眼目中可谓是成功的典范。因其首先做统治四大部洲的金轮王，尔后又升至三十三天与帝释天平起平坐，如是的成功可谓远远超过人间最显赫的统帅。但因为权力欲的膨胀而生起欲废弃帝释、自己称王的一念害心，结果当时便堕到地上，于权力欲未获满足的遗憾中死去。不仅我乳转轮王是如此的失败，殊不知昔日曾有多少天界的成功者最终皆从充满妙欲的天界坠堕下界。

何以故一切间法的希求者最终皆不成功呢？可以分两种情况回答：一是因为无有因缘的会聚而得不到所求，如是当然是失败者；二是暂时因缘积聚时，虽然会有暂时圆满的短暂显现，但最终亦终归坏灭。暂时的所谓成功者相比前者仅仅是悲惨的结局稍迟显现而已，最

终注定失败，这便是任谁亦无法更改的轮回坏苦的本性。所以，可以下结论说：一切追求今生者，结果都是失败者。

如是应当了知先辈们一代又一代地为追求当生的理想，实现出人头地的愿望，而废寝忘食去构画所谓人生蓝图的一切设想，皆只是虚幻不实的妄想而已。即使暂时得以实现，最终还归失败，种种的现世计划与设想最终都要破灭，一切的努力终归付诸东流。祖先既然皆是如此，则今日的我们于所谓的现世圆满无论怎样精勤努力亦决定如他们一样，终究无有成功可得，过去无有成功，未来亦不会有成功的可能。如回首往事，每个人都不难发现，昔日的理想与人生目标，于若干年之后，基本无有实现。无论如何努力，不如意的事情总是十之八九，即使曾经拥有，但又随着因缘的变迁而必定消散，如是除了满腹的惆怅伤感、寂寥失落之外，又真正得到过什么呢？以过去类推未来，一定亦复如是，不会有真正的成功。如是若能如此看破世间，则可谓已至修持甚深正法之时，所以大恩上师于道歌中云：“我虽如何精勤亦如彼无成，故修甚深圣法岂非已是时？”

可见一切世间的所为除空耗时日外，无有丝毫实义可得，只有佛法才是有价值生命的唯一寄托与真正归

宿，只有修行成就才是真正实现了人生的大义。所以，应当放弃一切对于此生的追求，将全副身心皆投入于解脱道的修行中，唯有如是最终才会得到真实的成就。一切世间法的所谓成功皆无有实义，我们所希求的应是佛果的成就，如《赞佛偈》中云："天上天下无如佛，十方世界亦无比，世间所有我尽见，一切无有如佛者。"这才是永远不败的究竟圆满的成功。

【前半生敌多数下半生为友，

今日爱重之友然于明日时，

亦有可能成为断命之怨敌，

亲怨无有定准何必强贪嗔。】

此颂是从亲怨不定的角度，说明人情的无常，从而劝诫众生不必太执著亲怨，当放下一切亲怨的情执而趣入解脱道。

前半生的敌人，后半生很有可能变成朋友，今日爱重的亲友，说不定明日就变成夺取自己性命的怨敌。亲怨就是如此的变化不定，因此何必一定要对所谓的亲人贪爱不已，对所谓的仇人嗔恨不已呢？亲怨关系极有可能瞬息转变，又何必执著不休呢？

如昔日两人关系密切之时，日日不分离，彼此对于对方之事，皆很在意投入，若有人对其中一位稍有怠慢，

另一位则心中不悦，甚至彼此的过失，在对方眼中亦成为优点。一旦某日，两人发生利益冲突，便会瞬间变成敌人，再见面时则冷眼相对，此时若耳闻目睹对方的功德，反而心中不悦，唯恐对方成功。如是观察，所谓的亲情友情又有何真实可言呢?

如华智仁波切云:“此生虽然很多人成了自己的仇敌，但是后来他们也会变成朋友，互相交亲，关系异常密切。虽然说是父母兄弟，有些却为了一点财产受用，而心里生嗔恨心，以至互相残害;虽然是家人或者亲戚，但也有因为暂时的琐事，而成为仇敌，甚至互相残杀。所以，一切亲怨皆是无常，应当反复思维此道理，并且以大慈大悲爱护所有的人。”

所以，应放下对亲怨的偏袒执著，如是才能亲怨平等，在此基础之上，才有可能修得广大的慈悲心。如果只是偏爱亲友，而唯恐怨敌得受饶益，则如是之心根本不是大乘的慈悲心，因为大乘的大慈大悲是要爱护所有的人——无论是亲友还是怨敌。故每一次发心皆应想到要利益法界的一切有情，如此才称得上是在平等心基础之上的大慈大悲。如果暂时难以做到以大慈大悲爱护所有的人，则亦应如颂词中所说“不必强贪嗔”，因为亲怨不定，人情无常，所以无有任何必要以私心妄计某对

境是永恒不变的可贪者或可嗔者，如《亲友书》中云："母或改为妇，父乃转成儿，怨家翻作友，迁流无定规。"

【自己身体所生可爱诸子女，

犹如自己心脏爱重而守护，

何日其身力圆当报恩德时，

不作利益只令生起厌烦心。】

此颂从子女与父母之间的关系角度，提醒人们去认清亲情的虚幻无实，如是启发有情，对于轮回中的一切，皆应生起厌离心，从而寻求永恒的出世间安乐。

凡夫对于自己所生养的子女虽然都非常爱重，如心肝眼目般对待，但等到子女长大成人，父母指望他们能回报自己的养育之恩时，却未料到含亲茹苦抚养大的孩子此时因羽翼丰满，个个皆远走高飞去寻求自己的安乐，对父母反而视同路人。即使接近父母，亦只知索取，不尽孝道，不仅没有给父母带来丝毫安慰与快乐的利益，反而成为父母的负担与烦恼的源泉。对如此儿女，只会令人生起厌烦心，不生不养倒也安乐。

如米拉日巴尊者于道歌中云："子初悦意如天子，慈愍之心难形容，中间过分催索债，虽施一切无悦时。"意即儿时的孩童于父母眼中，皆如天子般娇贵可爱，此时父母对孩子慈爱的心难以形容，可谓抱在怀里、爱在

心中，但到中间长大成人时，便开始过分的索债，无所不要，虽然父母将一生的积蓄都送给他，但他还是无有悦意之时。

尊者接着于道歌中云："别人之女迎入内，大恩父母逐出外，父亲呼唤不答复，母亲呼唤不应声，后成冷淡之邻居。"待到娶妻之时，将别人家的女儿迎入家中的同时，却将自己的大恩父母赶出门外，父呼不应，母唤不理，如此丝毫无有恭敬的态度，尔后便成为冷淡的邻居，漠不关心。

又云："勾结狡者造恶业，自生怨敌刺痛心，应断轮回之耙绳，世间子孙我不求。"最后则是勾结狡诈的人造作诸多非法行，如此走邪路刺痛父母的心。所以执著儿女到底有什么欢乐可言？古人云："儿女是债，无债不来。"故应断除轮回的枷锁，不求世间的子孙，即使已有子孙者，亦要放下对子孙的贪执。因为既然已经清楚子女与父母间讨债还债的债务关系，便应抛开对儿孙的幻想，彻底舍弃今生的所谓天伦之乐，寻求解脱所带来的无上大乐。

【青春韶华同龄少男少女众，

互相含笑睥睨恋恋又不舍，

情投意合心中虽愿长相聚，

来日苦乐谁知由然悲心生。】

此颂告诫有情要厌离今生的男女感情，对此为何要厌离呢？因为如果它是安乐恒常的本性，则不但没有理由去厌离，而且还应主动的去追求，但事实相反，这种感情不仅是非理作意所引起的烦恼，而且还是令人深陷轮回的根本因，是真正障碍身心解脱的违缘，并且在充满苦苦与坏苦本性的同时，又具有时时变迁的无常性，完全属于心前迷乱的执著状态。既然情爱的本来面目是如此，则应立即“欲海回狂”，以冷静的智慧看清它的真面目后，于心中舍弃耽著，然后将自己的身心投注于人生的实义——寻求出世间修行所带来的真正解脱，如是才能得到真实永恒的安乐。

大恩上师在颂词中，通过阐述情爱难以持久与未来境遇飘忽不定的侧面，来引导众生观察情爱的本质，从而令有情了知情爱无常虚妄的本性。若能够深刻认识此理，则自然可以生起相应的对治智慧，于是便可洒脱地放下对感情的耽著，斩断缕缕情丝。

青春韶华的同龄少男少女，由于多生累劫积聚之爱欲习气的成熟，使得相见时，彼此自然相互吸引，互相含笑爱恋，心中异常耽著、恋恋不舍，片刻亦不愿分离。如是在男女双方情投意合之时，总是幻想能够与自己的

爱人永远相聚、白头偕老，甚至生生世世夫唱妇随。但这仅仅是以贪执心所引发的妄想而已，因为人世间的一切祥瑞苦忧、悲欢离合永远不可能以分别心的想法去左右其生灭变化的规律，一切事物的发生发展皆是随因缘刹那不断演变的缘起显现。所以，此世界中任何一对男女的邂逅相遇、彼此相恋，都决定只是因缘会遇的暂时显现而已。而因缘本身无有任何坚固的本性，会不断的迁变，故决定将显现互相分离的无常性，注定会在“春花秋月”的绚丽之后显现“月落花黄”的凄苦，终究难逃坏苦的本性，所以大恩上师说“来日将会遭遇何种的苦乐，任谁亦无法预料。”即便当初于热恋中时，彼此诗情画意般的美好感觉，亦决定会随着时间的推移，被残酷的现实粉碎无余，仅空留痛苦的追忆。之所以这样讲，是因为所谓互相爱慕的美好感觉，本质上只是一种非理作意的妄想而已。对此可以从三方面说明它的非理作意性。

首先，因为习气力的成熟，在心前所现的认为值得自己爱慕的相，实际上只是由无数微尘暂时假合的不净体，但以迷乱力，偏偏在心前显现清净美丽独一之相，甚至对方的一举一动，都会引发心中的爱执，而所执著的这一切却与事实截然相反，所以唯一只是非理作意罢

了。

其次，身体是刹那迁变的变异之法，绝对不可能停住于某一刹那，周遍身体的每一支分皆是如此不停、迁流不已，但在心前却总是现坚固恒常之相，此与真实相亦全然不相符合，所以叫非理作意。正因为是非理作意，仅仅只是一种美丽的妄想，所以最终必然会有如肥皂泡破灭般的结果。虽然普通人以现有的智慧无法见到微细无常，但粗大的无常还是会无情的充分暴露、显现无余。如所贪爱的对境显现一时的青春美丽之后，便由无常演变成人老珠黄，在此过程中，耽著的妄想亦会随之逐渐彻底破灭，所以当初的喜爱与日后的厌恶，皆只是自我欺骗的愚痴所引发而已。

再者，从内在心识的侧面讲，亦是一种非理作意。如对方的心识本来就是虚妄分别，无有丝毫稳固坚定的自性，完全是刹那迁变的生灭心，而且是由爱欲所引发的染污心，但在恋爱者的心前偏偏显现清净恒常之相，固执的认为对方对自己，有一种永恒不变的爱情，清纯而又美好。随着时间的推移，当出现情感危机，幻梦难以持续之时，彼此才发现昔日海誓山盟所掩盖的虚伪无情，所以非理作意所带来的结果必定是饱受情感失落的痛苦。

欲界中，不知有多少所谓痴情男女于一生中为了虚无飘渺的无实情感，虽然不惜于颠倒执著的状态中痴迷追求、苦苦挣扎，但最终亦是在痛苦的煎熬中，品尝破灭的苦果。即便如是，却仍不觉醒，痴狂不已不知出离。见到如是的轮回现相，大恩上师不禁油然生起悲愍之心，同时亦是教导具缘弟子应迅速放舍看似极具诱惑实则虚假无实的情爱，尽早远离轮回之因的锁链，趣入离欲的解脱之道。

【不定长久相聚一家众亲属，
犹如集市旅客虽然暂相聚，
然以昔业六道不定而去时，
互相各奔东西何方亦不知。
虽愿与胜上师相聚不分离，
昔日所积业感谁人能遮止，
相聚犹如杜鹃时至南飞去，
金刚道友决定相离无须疑。】

此二颂亦是讲“会合终离别”的无常道理，若能真正认知此理，便会看破一切世间的相聚实际只是虚妄无实的暂时假相，无有任何可把握之处，故无须执著。如是便会对于今生暂时短促的相聚生起厌离，去寻求生命真正的永恒。其中第一颂是讲世间亲友的相聚无常，第

二颂是讲修学佛法方面，弟子与上师之间，以及道友相互之间的聚散亦是无常。从而令有情了知：正是因为无常，有缘者才会于因缘会遇之时呈现暂时相聚之相，亦是因为无常缘尽终必离散。

人世间中，由于业缘的关系，父母兄弟等会在一段时间内，暂时生活在一起，这便是人类的家庭。在如是的家庭中，有一种属于家的特有温馨——血脉相连的"天伦之乐"，如父母与子女间的骨肉之情，兄弟姊妹间的手足之情等，许多人都将一生的幸福寄托于如是血浓于水的亲情之中，希望家人长久相聚、永不分离。但正所谓月有阴晴圆缺、人有悲欢离合，"永远团聚"的梦想终究有一天，会在时节因缘变化之时彻底破灭，一家人最终的结局，必定是随着每个家庭成员各自别别的业力而各奔东西、四分五裂，这便是任谁亦无法遮止与改变的业的规律。

对于如是聚散无常的道理，大恩上师以极一其生动形象的比喻来启发众生：如集市的清晨，四面八方的人皆云集而来，顿时使得整个集市拥挤不堪、熙熙攘攘，赶集的人们暂时相聚在一起，相互寒暄，彼此问候，呈现一片相聚的愉悦。但时至近黄昏之际，人们便各奔东西，不可能再作片刻的停留。待夜暮降临，集市的街道

上铺面关闭，买卖皆无，先前的摩肩接踵顷刻之间便瞬变为此时的人迹罕见，方才车水马龙的喧嚣亦被此刻冷冷清清的沉寂所替代。

比喻中所描述的情景，虽然只是生活中家喻户晓的一种现象，但此现象所喻示的意义却并非人人皆知。因为通过此种现象，可以揭示一切由因缘所产生之现象的本质，即无常是内外一切有为法的共相，任何一种有为法皆无法逃脱最终消散的结果。如是人类的家庭作为有为法的一种，自然亦无法避免最终的解体。所以，有情世界中的千家万户，最终的结局必定是“家破人亡”，任何一个家庭亦绝无可能逃出此坏苦的本性。若深谙此理，便会了知，家庭暂时的相聚，绝无恒常安乐的自性可得，相反注定是痛苦周遍的无常本性。所谓“家家有本难念的经”，即是指轮回中的每个家庭，都有能够令人泪光莹莹的感伤故事。所以当厌离今生的轮回之家，去寻求真正的栖身之处。

另外，在修行的道路上，虽然每个修行人都希求长久依止殊胜的上师永不分离，但任谁亦无法遮止业力成熟之际，所感召的难免分离的结局。短暂的相聚之后，最终皆会如杜鹃南飞般，各自随因缘而去，金刚道友亦决定分离。对此亦不必怀疑，如是的结果最终必定会显

现。

同世俗的相聚相比，与上师、道友的相聚可谓是以法缘所感现的清净相聚。因为在佛法的修行过程中，上师是传授妙法、赐予智慧的导师，道友是相得益彰、和衷共济的助伴，对于已离世俗之家寻求解脱的修行人来讲，一心依止的，只有殊胜卓然的上师与见行相合的道友。虽然如此，但只要尚未脱离三界的系缚，亦会仍然时时皆处于不自在的轮回现相中承受昔业所感召的种种显现。所以，即使是以过去世的善根资粮，暂时值遇具相上师与如法道友，但在因缘消散之际，上师亦会示现涅槃，如是以普通的根识便再也无法恭视上师色身的显现；道友最终亦会分离，再也无法共同安住在一个道场作殊胜的闻思修行。

于我等具有无比恩德的一切智智金刚上师——法王如意宝晋美彭措尊者，亦于我们预想不到之时，离开我们示现涅槃，这也是在提醒众生：无常的本性周遍于轮回的一切现相中。虽然上师的法身远离生灭、坚固恒常，但在有情的生灭心前所示现的色身影像，亦决定是一种无常的现相，所以只要虚妄的分别心尚未泯灭，则在此刹那生灭的分别心前所自现的一切境界，决定皆是无常的本性，包括心前显现的上师与道友，亦注定要示

现分离的现相。如是看来，轮回中的有情皆是随业漂泊的浪子，无论何时何处，皆无法避免不自在的命运。所以，以妄心显现的一切现相，皆是令人产生厌离心的对境。故应了知，只有现前法身、证入常寂光净土，才会最终获得远离一切行苦的大安乐，这才是最究竟的安住之处。

以下三颂是劝诫有情对于今生的琐事、亲怨以及世间朋友生起厌离心，从而放下今生的世俗因缘，将自己的心完全转入于解脱道中。

【上面尊主如何恭敬无法喜，
下面眷属如何守护无满足，
于此轮回世事无有成办时，
坦然放松安然休息正是时。】

“世间琐事”包括轮回中的衣食名利等一切方面的所求。

颂词中的前二句是举例说明“有求皆苦”的道理，第三句是讲“轮回的追求永无止境”，第四句是讲“不求即止”，所以上师是在告诫众生“放下琐事，于心性中休息”。

在我执增胜的世间，欲成办轮回的琐事，须要付出巨大的艰辛，之所以这样讲，是因为任何一件琐事的完

成，皆须要诸多因缘的积聚，若无因缘，无论如何追求，终归徒劳无义。在各种因缘中，最复杂亦最令人苦不堪言的就是人事因缘，而在琐事的成办过程中，又难免要与人接触，如既要向上级请示，又要与下属商讨。为取悦于上级，必须左右逢源、阿谀奉承，甚至卑躬屈膝、尽现奴相，可谓用尽心思，即便如此亦难以得到上级的首肯。在对待下属方面，也许有人认为很容易，实则不然，因下属并非无情之物，而是具有分别、我执粗重的末法凡夫，所以即使对其百般呵护，但他未必有少许知恩之心，感恩戴德之人于此世间已极稀有、甚难值遇，尤其是当在利益上不能满足他们的贪欲，甚至仅仅是一时的令他们少有亏欠之时，便会立即引起其以我执所暴发的猛厉烦恼。所以，在对于世间琐事的追求过程中，处处都要感受种种由人事因缘所引发的痛苦牵缠而无法摆脱。

颂词中的第三句是总的指明：在轮回中，若欲圆满对世间琐事的追求，可谓绝无可能。如有一愚笨的孩子，在狂风中欲用沙子堆成一座高山，每一次努力堆成的山，都被大风无情地吹垮，山垮了再堆积，又再一次被吹垮。如是只要堆山的执著不舍，孩子便永远不会有圆满结束之时，而在此追求的过程中，一切的所作所为皆

是徒劳无义的枉费辛苦，无有丝毫实义。此比喻所表达的意义是：轮回万法本来是虚妄不实、无常坏灭的本性，无有丝毫坚实可得，而对如是刹那生灭的轮回琐事，若欲令其圆满遂心、万古长存，当然是决无可能。具此执著顽固不舍者，便如比喻中的孩童般痴顽可笑。

讲到此处，也许有人会问：如何才能结束轮回中的琐事呢？

答案很简单："放下之时，便是彻底结束之时。"所以，若放下对今生的所谓追求、放下对世间的妄执，则一切身心的劳苦便会自然得到解脱。以上面的比喻来讲，若孩子一旦发现堆积沙山的梦想，只是一种不可实现的妄想而放下堆积沙山的念头时，则即刻便可远离以执著心推动的营造、保持以及感受失败的一切身心痛苦。同样的道理，若在此世间，生活中的一切皆能随缘而过，苦苦追求的执著一旦放舍的当下，便是"坦然放松安然休息时"。

【如何降伏敌人数量却愈增，

如何慈护亲属烦恼却更多，

虽吃众多美食愈加增不净，

现时乞丐流浪之行应希求。】

在世间，有三件事能够令人的心不自由，一是降伏

怨敌，二是守护亲属，三是追求饮食。若能够放下对亲怨的执著、美食的贪求，便可以品味自由自在的生活。

颂词中的第一句是讲怨怨相报无有了期，第二句是讲亲亲相缠增上烦恼，第三句是讲贪求美食无有实义，第四句是讲相比之下应希求乞丐流浪的行为。

之所以要放下对亲怨的执著，是因为有情相互之间，存在循环报应的因果规律，若落入如是的业缘关系中，便会带来诸多麻烦，可谓是一种纠缠不清的相互作用。如今日你虽然通过武力降伏怨敌，令其受尽身心的污辱，但同时亦令他在相续中种下了仇恨的种子，他日定会想方设法的进行报复。以我执的推动，终有一天，他必然会在你的身心上制造更大的痛苦，尔后你又须要还击，并且若今生不能对治嗔心，则于未来世还要互为仇敌，如是怨怨相报何时了。本欲迅速降伏怨敌，结果反而结下生生世世无法化解的怨结；本欲只对付一个怨敌，结果因为对方亦有众多助伴的缘故，导致在这一过程中，越来越多的人成为自己的怨敌。了知此理之后，便不应与任何人结怨，一切以我执推动的降伏怨敌的三门行为皆要彻底放下。实际中，在外境上并没有怨敌的自性，所谓的怨敌仅仅是嗔心自现的不清净影相，若能调伏嗔心，息灭分别，则自然便会远离一切怨敌。如《入

行论》中云："顽者如虚空，岂能尽制彼？若息此嗔心，则同灭众敌。"意思是说，在此世界中，粗暴之人多得可以充满整个虚空，如是在外境上又怎么可能一一制伏？但若能息灭嗔心，便等于寂灭一切怨敌。道理即是：若一旦嗔心的分别消失，则一切不清净的怨敌相便会随之自然消失，于是在此世界中便再也无有怨敌相对。所以"放下怨敌想，一切怨敌无"的确是真正从根本上摆脱怨敌牵缠的善巧方法。

另外，在此世间，与亲朋相处，便会形成一种世俗交往的关系网，一旦落入此网的系缚中，为随顺凡情、迁就俗理，身心便会陷入于无休止的牵扯当中而无法摆脱。如若有一心态复杂、贪求很大的亲属，今日你对其以慈爱护持，令他得到少许世间的满足，结果以后随着心中贪欲的膨胀便会对你有更多的希求，他需要解决的各种轮回琐事，亦如夜空中的繁星般无穷无尽，若欲一一随顺，只会不断增上烦恼。而这样作的结果，亦无有任何具功德的意义可言，因为满足亲属的世间欲求，亦不可能令其获得真实安乐。

颂词中第三句的意义是告诫有情不要贪著饮食，因为美食受用再多，亦只能是增加不净粪的因素，如是徒耗精力，去追求美食的享用，的确是在浪费暇满人身，

不仅毫无实义，反而会因此增上贪欲、造作众罪。

通过如上的解释，便应了知在此世间欲得身心自在，便不能有亲怨的耽著，一旦结上“亲怨之缘”，便会陷入恩恩怨怨的缠缚之中，使得身心时时会为了护亲伏怨而广造诸业，如是则必定无法修行出世间的佛法，所以应放下对亲怨的执著，同时亦要放下对饮食的贪求。如此一旦远离对亲怨与食物的执著，在外缘上，便已经摆脱了相当的系缚，从而可以真正行持乞丐的流浪行，身心自在无有牵挂。所谓乞丐的流浪行，是指无亲亦无怨的自由自在的生活，既不需要随顺亲友的情面，又不需要提防怨敌的攻击，不受任何人的摆布控制，天作被、地当床，一切皆随缘而过，这便是无牵无挂的流浪行。之所以要希求如是的流浪行，是因为当生活简单到如此程度，心虑单纯到如此程度时，便可以真正无余地将身心融入于佛法的修行。所以，上师告诫我们“乞丐流浪之行应希求”，实际是欲令我等能充分体现暇满人身的价值。

【于他如心守护合意之密友，

于自当面背后无有高兴时，

其心之中唯有新交之女友，

无友独自心喜安住正是时。】

此颂前三句是讲对世间朋友当生厌离，第四句是大恩上师劝诫我等应独自安住修行。

如心脏般关心、爱护的密友，无论是在自己的面前还是背后，皆无有令他高兴之时，面对自己为他所付出的一切，其心中不但无有丝毫感恩图报之想，反而唯一惦念新交的女友。所以，好心对待朋友而作的一切世俗法，亦无任何实义。若能看破这种世俗有情的虚假，便应舍弃世俗朋友，独自一人在内心喜悦的境界中安住。

以上三颂，是大恩上师在教诫我等要远离今生一切世俗人事的牵缠，作清净的舍事者，从而成为释迦佛教下下乞饮食资养色身、上乞妙法成就法身的沙门乞士。这才是我们需要安住的清净生活。

以下五颂是讲对于末法时代众生恶相的厌离。所谓恶相即善恶不分、是非颠倒、真假不辨、虚实不明等佛法的衰微之相。其中每一颂，皆是用对比的手法来突显众生的恶相。

【虽遇具足戒智利生善知识，

然初见时一切恭敬又欢喜，

若常相聚则唯精进宣过失，

浊时利益众生自利难成办。】

此颂是对于在浊世时利益恶劣弟子的厌离。

“具足戒智利生善知识”，是指具足清净的戒律与智慧，亦具足利益众生之菩提心的具相善知识。若真是法器，值遇如是既有利他之发心、又有利他之能力的善知识，一定能够得到殊胜的利益。但是对于非法器者来讲，值遇如是善知识，不仅不能引生自相续的功德，反而会引生过失，此种情况即大恩上师所言：

“初见时一切恭敬又欢喜，若常相聚则唯精进宣过失。”非法器者遇到善知识，开始与后来的行为会有很大的反差。最初拜见善知识时，无论在态度上、还是语言行为上皆恭恭敬敬，表情上亦流露出很大的欢喜心，如同见到佛陀般激动异常。

亲近善知识的时日稍长一点，则不仅当初的所谓恭敬与欢喜皆荡然无存，反而唯一只是精进宣说善知识的过失，如是善知识在其心目中一改昔日的形象，不仅不是佛陀，反而成为充满过失的凡夫。由于相续中不再有清净的信心与恭敬心，所以即使是具足戒律、智慧与菩提心的善知识，对于他亦作不到任何利益。见到如是的恶相，大恩上师便发出感叹道“浊时利益众生自利难成办”，意思是于五浊恶世中，由于众生的根性下劣，导致利益众生起不到明显的作用，且连自利亦难以成办。

【赞颂具德大士之语不欲说，

微细恶行闻时不作少观察，

遇到何人即便精进广宣说，

于此众生秉性如何不生厌。】

此颂是讲对众生刚强难化的恶劣秉性生起厌离。其中前三句亦是以对比的方式，以语业为例描述末法时代众生的恶劣秉性，即以应当赞叹的不作赞叹、不应宣扬的反而极力宣扬的两方面对比，来显示恶习成性之相。

“赞颂具德大士之语不欲说”对于具功德的士夫，本应多说赞颂的语言，相反，若面对此等不欲赞颂，则是善根被障蔽之相。本来一切真善美的事物，皆应颂扬；一切高尚的品德与行为，皆应赞叹；一切六度万行的菩萨功德，皆应随喜。只有如是行持，才能激发自相续的善根，令其稳固增上，以至渐趋圆满，此亦是佛性如来藏本有的作用。但末法时代的众生，由于业障过于深重，导致本有的善根完全被障蔽，几乎变成一种麻木病态的心理，乃至对于具德大士，连一句赞叹的话亦讲不出口。

“微细恶行闻时不作少观察，遇到何人即便精进广宣说”。此二句是从三个方面描述众生具有造恶的深重习气：

1．“微细恶行闻时”：以乐闻他人之短的心态听到少许他人的微细恶行之时。

2．“不作少观察”：听到时，不作观察、分析。说明连基本的取舍智慧亦不具有。

3．“遇到何人即便广宣说”：逢人便讲，且是“添枝加叶”地广作宣扬，说明众生对于恶法的邪精进。

之所以此处以语业来表述众生的秉性，是因为语言是内心的流露，通过外在明显的语言表相，便可以反映内在隐秘的内心世界。心态无有大小、形相、颜色等的相状，一般无法观察，但通过外在的语言，便可以了解到心识的状态，如听某个人讲话，便可了解此人的秉性是善良还是邪恶等。

所以，通过颂词中所描述的语业，便反映出浊时众生恶习坚固的秉性，已至刚强难化的地步，对于功德无有丝毫的随喜心，亦无有半点意乐，反而对于恶业，有一种无法控制之随喜与造作的惯性。体现在语言上，便是开口即言过失，如是善根完全被障蔽压制，几乎成为断种性的阐提。如一般的冰雪，在阳光照射之时，便可融化，但对于坚硬的顽石，即使是烈日亦不可能令其少有融释。见到末法众生如此刚强难化的恶劣秉性，大恩上师便感叹地说“于此众生秉性如何不生厌”。

【自境所住智者看亦不欲看，

他处而来精通欺骗手段者，

老奸巨滑敬如天尊思此景，

佛教真实接近隐没之征兆。】

此颂是讲佛教接近隐没的恶相，即在众生普遍丧失分辨邪正能力之时，皆远离善知识而趋附邪师。

首先讲一比喻，如某一时代，世上有两种果。一种是药果，虽然看起来非常平实，但无论是谁，只要食用这种药果，便能遣除各种疾病，令身体当下受益。另外，还有一种果是毒果，虽然看似色泽鲜艳、非常诱人，但食后便会毒害身心。虽然如是，但愚痴的人们却竞相求取虚假的毒果，对于真正有利益的药果反而不欲接近。结果，食用毒果的世人便在毒害中死去。了知此喻之后，再看颂词中的意义：

“自境所住智者看亦不欲看”：人们对于安住在自己附近的智者，看亦不想看，这说明不具智慧眼，导致连安住自境的智者亦视而不见，则更无法见到智者相续中的功德。如是自然不会去恭敬承事智者，当然更谈不上依止智者而寻求真正的智悲精华。

“他处而来精通欺骗手段者，老奸巨滑敬如天尊”：此四面八方来的骗子，精通各种欺骗手段，会作各种具诱惑性的表演，如是狡诈的骗子，相续中清净的智慧与修行的功德可谓点滴无有，所以根本不可能对众生作任

何利益，但愚痴的众生，对他们却如同天尊般恭敬顶戴。

“思此景，佛教真实接近隐没之征兆”：因为世上的众生已经到了如是不辨邪正的地步，所以在此世界中，便自然会现前普遍性的恶相。即真正的持教大德无人恭敬护持，致使真实的教法与证法无法弘扬于世、相继承传。人们也不懂得寻求清净的正法，反而盲从邪师、醉心于邪法，最终连最基本的因果观念亦会于相续中彻底消失，佛法就此便会于世间隐没。

【戒律智慧虽为持教之胜饰，
然今众人不敬具有功德者，
绸衣严饰唯得活佛名字者，
虽无一丝功德然居显赫位。】

此颂是讲众生不重视真实功德，反而重视虚假外相的颠倒恶相，并且依然是用对比的手法作描述。对比的方面有三处：

1．“戒律智慧虽为持教之胜饰”对比于“绸衣严饰”：戒律与智慧等功德，本是持教者最殊胜的庄严，是真正值得人们恭敬、赞叹之所在。而华丽的绸衣仅仅是由丝线编织所成的假相，只能作为外表的装饰，绝非恭敬供养之处。

2．“具有功德”对比于“唯得活佛名字，无有丝毫

功德”：前者具有实际的学修功德，所以即使名声全无、地位卑微，亦应恭敬赞叹；而后者则浪得虚名，本无实际功德，所以即使名满天下、地位显赫，亦非恭敬供养之处。

3．“众人不敬”对比于“高居显赫位”：此处反映出众生极其颠倒的行为。即虽无有虚名，但相续中具有清净戒律与殊胜智慧之实际功德的持教大德，本是无上的庄严。但对如是殊胜的对境，今日却无人去恭敬承事，相反，对于徒有虚名，无有实际功德的名字活佛，人们只要耳闻动听的美名、眼见黄色的绸衣，便马上表现出无比的恭敬，将其供在显赫的高位顶礼膜拜，奉若真佛。

当今的时代便是如此，人们已经丧失辨别真假、正邪的能力，已经开始将丝线颜色等的聚合物与虚假的名声当作自己恭敬的对象，从而无法分清智者与愚者的差别。面对如是之时代，又怎能不令人生起厌离心？

如大恩上师在《智悲精滴》中云：“现在的世间人就是这样愚痴，他们不懂得恭敬那些有智慧、戒律清净的善知识，却对虚伪、狡诈的人非常信任，这种现象非常令人遗憾而伤心。如同至尊米拉日巴对日琼巴开示的那样：‘在藏地，智者不会受到恭敬，愚人却很受拥戴；了义的佛法不会受重视，对于不了义的法门却倍加奉

行，所以你应当努力追随智者与真正的善知识，去寻求了义的法要。’如今，如是的教诲对我们依然有效。”

【自己充满十万过失亦不观，

于他过失明里暗里精进宣，

见到与我相同此等朋友时，

厌离之心于己心头久萦绕。】

此颂是讲第五种颠倒恶相。即自己的过失本应精勤内观，却不作内观，他人的过失不应外观反而精进观察，将“唯见己过、莫视他非”颠倒成“不见己过、唯视他非”，如是的结果，最终会导致丧失反省的能力。当人们皆不检点己过、处处宣扬他非之时，相互之间便不会再有宽容与安忍，如是此世界将会成为充满斗争的世界。

大恩上师于颂词中讲到，人们自己相续中即使充满十万种过失，亦不作任何观察。相反，他人即便仅存少过，亦会于当面揭露，背后广传。见到如是恶劣朋友时，厌离心便于自己的心头久久萦绕。

以下四颂皆是讲无常方面的内容。

【所积五谷春天播撒于田中，

心思秋季果熟收获虽如此，

然而人寿无增渐减之显现，

岂有于前无灭存在之把握。】

春天，农民将积累的五谷种子播撒于田中，播种时心中便想“待秋收之时，定会是五谷丰登、富饶有余”。虽然对于未来充满如是美好的希冀与幻想，但殊不知人的寿命刹那都在无间减少，无有分秒的增加，并且死期不定。面对如此无常的显现，又怎能决定在秋收之前自己一定能够始终存活于此世间呢？既然生存的把握都没有，则憧憬着对生存的点缀又怎能可靠？

颂词中前二句是讲对于未来的希望，后二句则是讲现实因缘的显现。若能将此中的两个侧面认知清楚，便可了知所谓今生的理想与追求实乃妄想幻梦的真相。

在认知如上的两个侧面之前，首先要了知：一切身口意的造作，必然会受到相续中固有观念的影响。而此相续中的固有观念——所谓的人生观与世界观又可以大致分成两类：一种是耽著今生，即以常执心的的支配，一切皆着眼于今生的观念；另一种则是希求后世，即以无常想的推动，一切皆着眼于后世的观念。下面结合第一种观念来分析此中的两个侧面。

第一个侧面：对于未来的妄想。

以前一种观念的推动，三门的造作皆倾向于追求今生。这种追求今生的妄想，乃至没有通过对治力转变耽

著今生的观念以前，会一直不断的持续发展。如农民于播种之时，便会打如是的妄想：“时至秋日，定会是五谷满仓，待卖粮攒钱之后，便可兴建新的家园。届时雇工多少、建材质量、新楼几层等都要仔细地盘算筹划。”同时，还会联想到明年、后年，甚至十年、二十年后的打算。如是的妄想可以一直持续，因为对于今生有强大的贪执习气，所以以此贪执心的推动，甚至日日皆可以醉心地去打如是的妄想。

并且，在此世间，不仅是辛勤劳作的田间农民，包括富于幻想的的童生学子、欲壑难填的商贾巨富、多愁善感的文人墨客以及野心勃勃的党要政客等，又何尝不是展开贪执今生的硕大羽翼于妄想无尽的长空中痴迷地盘旋不已。

通过例喻，应当了知，只要尚未放舍对今生的贪执，则痴狂追求的欲望便永无止境，其根源即是执无常为常、执苦为乐的非理作意。

第二个侧面：现实因缘的显现。

述说完对人生美好的幻想之后，后二句又突然峰回路转，描述许多人视而不见但实际中却又是千真万确的现实因缘的显现。通过此转折说明，妄想并非现实，而唯一只是以分别心虚设的幻梦而已。

虽然人们欲望多多，但能够主宰命运的并非自己的妄心，一生中种种顺逆的遭遇亦绝不可能按照妄想的方式随心所欲的显现。事实上，三有中一切有情的相续前，皆只能依循往昔的业因，以缘起力的方式不断的显现苦乐忧喜、悲欢离合，任谁亦无法改变或遮止。于此缘起的显现中，有一种虽然与人的妄心直接相违，但又任谁亦无法逃避，虽然令人满怀遗憾恐惧，但又无可奈何的显现——死亡的显现。若能仔细思维最终的死亡，则不难发现，几乎每个人对于未来的幻想与现实的因缘，都有无法避免的矛盾。由于这种矛盾的存在，便注定任何耽著今生的执恋现在、憧憬未来之人，终归陷入痛苦深渊的结局。

矛盾何在呢？即妄想虚设的虽然是长久持续的计划，但现实中，人生只不过短暂的数十载而已。如是欲望的绵延无尽与生命的短促有限，便构成一种永远无法避免的矛盾。虽然人生短暂如朝阳，世事难料如烟云，但人们却总是面对短暂无常的人生而妄想永远享有美貌健康、名望财富，又总是面对变化莫测的人生而幻想时时处处心想事成、一帆风顺。想象虽然美好，事实终归残酷。如几乎每一位已至垂暮之年的老人回首往事时，都会发现，由于烦恼与业力的支配，致使整个一生

皆是在困苦源源相继、艰辛处处林立的人生道路上饱经风雨沧桑、历尽人间坎坷。所以，执著幻梦的妄想所感召的最终结果，只有今生失落的遗憾与来世堕落的痛苦而已。除此之外，别无所得。

再者，以比喻来讲，执著今生的欲望如同奔驰的飞车，虽然妄图超越一切，但却不晓得不远处便是万丈悬崖，如是飞车依然满载迷梦肆无忌惮地狂奔如初，如此而为的结果便可想而知。并且，即使在尚未到达悬崖之前的路途中，亦处处皆有车祸的危险，如可能出现泥石塌方、两车相撞等的情况。所以，谁又能够绝对保证在此迷惘的路途中，不随时现前车毁人亡的无情悲剧。而在当今人心不古、物欲横流、金元崇拜高于一切的现代社会中，绝大多数人由于常执的推动，导致执著今生的念头异常粗猛，贪欲亦与日俱增。如是驾驭欲望的飞车，在短暂的人生旅途上，义无反顾、快马加鞭地朝三恶道的深渊中狂奔。最终的下场，不仅带不走今生芝麻许的虚名浮利、假亲幻友，而且还要随今生为求取护持、增上发展此等所造作的深重恶业，于恶道中感受无量的痛苦。

如是反观，一切有关今生五欲六尘、声色犬马的所谓宏伟计划、光彩蓝图，唯一只是颠倒妄想的深重愚痴

而已。如萨迦无著菩萨云:“未来生计如旱地撒网，舍弃不能实现之希望，若念当思死期无定也，何有非法空闲嘛尼瓦。”

【心中虽有人生定死之信念，
然而未于死时无定精进修，
从生至今之间多年已逝去，
修此圣法成就心中无把握。
自然而然之中造下诸多罪，
渐积各种恶行心中无处容，
若于今日死主阎罗忽降临，
去处唯有恶趣此外更无有。】

此二颂是总的讲“不修死期不定”的过患。

关于此二颂，首先要懂得“心念左右行为，行为决定结果”的基本道理。此处便以“心念”、“行为”、“结果”三个要点来解释颂词含义。即其中前二句是讲心念，中间四句是讲行为，末后二句是讲结果。

心中虽然有人生决定会终结的信念，但是对于“死期不定”却尚未精进修持，因为总想着今日不会死，以此耽著今日不死的念头，导致从出生直至今日，虽弹指挥手间数十寒暑已过，但对于修持圣法的成就，心中却无有丝毫把握。相反，每日于不知不觉中造下诸多罪业。

如此于一生中日积月累的恶业，多至“心相续中”已无处容纳，倘若今日死主阎罗王忽然降临，则未来的去处，除恶趣以外，决无可能再有其它的去处。

以心念左右行为：

此处的心念可分为两种，即一种是今日不死的念头，另一种则是今日会死的念头。

问：此二种心念又如何左右行为呢？

回答：以今日不死的念头便会引起放纵三门、追求欲尘的行为；相反，以今日会死的念头则会引发收摄根门、寻求解脱的行为。

以比喻说明：

如某监狱中的所有犯人皆即将要被处决，并且犯人中的一部分已经获悉最终的判决，而另一部分对此则一无所知。于此同时，又为全体犯人提供种种欲妙的享受，如饮食方面的丰盛酒席及视听方面的歌舞戏剧等。面对如是相同的欲尘诱惑，两种人便有截然不同的反应。

其中不了知自己已是死囚的犯人，当六根触遇如此具诱惑力的外境时，很快便沉醉于欲尘中放纵散乱。他们尽情吃喝、身摇体动、手舞足蹈、口吐粗言、戏说绮语、心生贪执、痴狂迷乱，如是身心相续造作诸多染污的秽业。

另一部分已了知自己将要面对人生末日的犯人，心念丝毫未被珍羞美味、狂歌劲舞所牵动。因为整个身心皆在恐惧死亡的状态中颤抖不已，所以虽然眼前有如此诱人的境界，但可谓是视而不见、充耳不闻，一心只想：有何办法，能逃过此难。同时又一心系念，若能逃过死苦，无论付出多大的代价，皆心甘情愿。此时若有一怙主相告：若能够如何如何作，便可保证远离死苦，则他们一定会不作二想而全力以赴地去争取。由于心力完全集中在迫切求生的念头上，所以歌舞酒肉等自然会变得索然无味而不具丝毫诱惑。

通过此喻，便可体会“以心念如何左右行为”的道理。即以今日决定会死的念头，导致一切的行为皆投注于“准备死亡的方面”；以今日决定不会死的念头，导致六根完全随着“现前的欲尘散乱”。

比喻表达的意义：

比喻中的“监狱”是指三界六道。三界中的所有凡夫，包括一切尚未超越分段生死所系缚的修行人，皆是轮回牢笼中的死囚，而修行人当中从某个角度又可分为两类，即一类是“念今日必死”的修行人，另一类则是“念今日必不死”的所谓修行人。前一类念念望后世，后一类则念念求今朝。

行为决定结果:

前一种人，由于对于死期不定精进的观修，所以以念今日会死的强大正念，时时都会遮止缘现前欲尘的散乱，处处皆会将心转入于求解脱的正道。故以此念死正念的推动，致使身口意的所作所为皆是在为死亡而作准备积累解脱的资粮。如是日复一日、年复一年，则必然会于一生中积累众多善法资粮，所以临终自然会远恶道而趋善趣，甚至可即生成就。求生净土亦可如愿往生。

以藏地的修行人为例。如噶当派的格西们，常常在临睡之前于心中作意:“不知躺下之后，明日是否能够起来？”在行为上亦复如是的系念无常，如用完饭后，皆将碗反扣，表示不知能否活到下一次重新再用之时。另外，按照西藏的习惯，一般人家晚上都要盖火，以便明日生火。但噶当派的修行人，由于忆念晚上会死，所以连火亦不盖。

有一位喀喇共穹格西，在山洞中修行时，洞口有一些荆棘，常常挂到他的衣服，他便生起砍掉这些荆棘的念头。但转念一想：生死无常，在洞中是否能再出来，出来后是否能再重新进去皆难以预料。由于如是念死无常，所以即使对于妨碍进出洞口的荆棘亦听之任之。如此于山洞中修行多年，终获成就，而荆棘犹在。

如是可见，若心中常存今日必死的念头，则便可遮止一切追求今生的作业，甚至包括明日的琐事，亦不希求。因为乃至连砍荆棘这样的小事都无心去作，更何况其它追求今生的繁杂作业，又怎能给予理睬?

相反，若对“死期不定”没有精进观修，则会因为耽著今日不死的分别念，导致许多所谓的修行人，从朝至夕身心完全投入于追求今生的作业，于贪执现世五欲的散乱中空过。所以，执著今生的所谓修行人，仅能勉强称之为影像修行人而已。因为其身心根本不相应于佛法的修行。如是日复一日、年复一年，不仅没有积累善法资粮，反而在积聚无量罪业的过程中，生命亦不知不觉的悄然速逝。若阎罗死主忽然降临，则只有背负深重的黑业速堕恶趣。

下面，继续从“空耗人生的角度”宣讲不念死、不观修死期无定的过患。

【虽获暇满未得佛法精华义，

虽遇上师未勤习学密意行，

虽获甚深教言烦恼未对治，

一生空过生起猛厉悔恨心。】

此颂的意义可通过三个不空过与相反的三个空过来解释。

三不空过，即念死的修行人，会获得佛法精华义而不空过；会精勤修学上师的密意行而不空过；会以甚深教言对治烦恼而不空过。而追求今生的所谓修行人则会有相反的三种空过：虽然获得暇满人身，但因没有得到佛法精华义而空过一生；虽然值遇殊胜上师，但因没有精勤学习上师的密意行而空过一生；虽然闻到甚深教言，但因没有以教言对治烦恼而空过一生。由于三种不空过，便会有临终无悔的成就。而因为三种空过，则临终必定会生起猛厉的悔恨心，于追悔莫及中死去。

时时念死之人，必定会倍加珍惜暇满人身，而珍惜暇满又必定会引发超乎常人之勇猛精进的行为，而勇猛精进所带来的结果又必定是通达显密教法。如此的人生不仅可以产生大乘的正见，乃至可以穷彻顶乘究竟圆满的义理。依靠如是的正见串习，相续中的功德亦会与日俱增，结果便是逐渐通达，乃至成就一切佛法的精华要义。相反，若耽著今生，则即使得到暇满人身，亦会将大量的时间与精力，用于对世间法的追求上。虽然看起来忙忙碌碌、不亦乐乎，但究其本质，皆是在庸庸碌碌、徒耗光阴中度日，充其量亦只能勉强称得上是表面学佛的影像修行者。如是的人生连最基本的佛法义理尚且不会通晓，何况说获得佛法的精华要义则更是绝无可能。

依止上师方面，若时时念死，则便会珍惜因缘。因为想到在有限无常的生命历程中，能够值遇此殊胜稀有之机缘，实属难中之难，所以便会用心修学上师的密意，效仿上师的言行。如是在上师的熏陶与教化之下，亦能较快产生上师相续当中所拥有的智慧与慈悲等的功德。这便是善学者不空过的结果。相反，若耽著今生，贪恋轮回的安乐，则即使遇到具有德相的上师，心思亦不会用于修学上师密意的方面。如是虽然有与上师值遇相聚的因缘，但上师相续中的智慧、慈悲以及度化有情之善巧方便等的功德却丝毫亦不能融入自相续。并且，不仅学不到上师身口意的功德，反而会在社会恶友的影响下，身体去学杀盗淫，语言去学各种绮语、妄语，心亦会变得愈发狡诈自私。这便是耽著今生的结果。

在尊重教言方面，若时时念死，则对于法必然会殷重恭敬。

即使仅得一句教言，亦会马上运用于自己的心中，不断衡量检点自相续，以教言来调整指导自己身语意的行为。如是句句教言皆是照见自相续的明镜，皆是对治烦恼的良药。如此运用教言修正自己，久而久之，烦恼会逐渐得以对治，身心会逐渐趋于清净，心与法会愈发相应，功德亦会不断的出生。如是念死无常的善学者，

便会有一生不空过，临终无悔的结果。相反，若耽著今生、追求现世，则即使耳闻甚多教言，但亦不可能渗透融合于自相续中，因为心中并没有真正去重视教言。如引导修行的教言与攒钱方法的邪说相比，此种人更关心的必定是后者。所以，虽然听过甚深教言，但却从未将教言用于对治烦恼，如是最终的结果，只能是“昔业依旧，新惑又生”，回望一生，只能哀叹自己是浪费生命的可怜众生，临终时亦仍然只是业惑充满的下劣凡夫。

通过如上的对比，应当了知：凡耽著今生者，一生只会空过，不可能获得任何实义，最终亦必定于悔恨莫及中忧恐而亡，因为凡是能引起凡夫贪著的今生种种显现，皆是不得解脱的系缚因缘，所以应彻底厌离对今生的一切耽著去寻求佛法的真义，如是方能使人生的大义得以实现。

最后四颂，属于第四层，是讲大恩上师发愿的内容。

其中第一颂是祈求加持愿，第二颂是不离上师愿，此二颂是有关上师方面的发愿，此处的“上师”即是指全知麦彭仁波切。第三颂是摄引净土愿，第四颂是道歌加持愿，此二颂是有关众生方面的发愿。

1．祈求加持愿

【现今风烛残年修持善法后，

昔日所造堕罪异熟净无余，

祈愿大恩上师如雨而降下，

临终无悔圣法成就之加持。】

大恩上师说：如今已至风烛残年之时，自己在修持善法之后，往昔所造的堕罪异熟已经完全清净无余，祈愿大恩上师——全知麦彭仁波切如雨般降下临终无悔、圣法成就的加持。

由于大恩上师对于全知麦彭仁波切具有与佛无二的信心，便从如是的信心中流现出如此猛厉的祈祷，因为大恩上师的信心已至极深的程度，所以与全知麦彭仁波切的智慧——二者相应的程度亦是常人无法想象。故此处是以圆满的信心祈愿文殊上师降下如雨般的加持。

2．不离上师愿

【净与不净浩瀚刹土范围中，

依于人与非人等等无定身，

文殊怙主上师利生行者前，

我亦不离而住发此吉祥愿。】

在此颂中，大恩上师发愿生生世世不远离全知麦彭仁波切，其中第一句是讲“于何处亦不离”，第二句是讲“于何身亦不离”，而第三句中的“文殊怙主上师”即指全知麦彭仁波切。上师儿时便得到全知麦彭仁波切

智慧身的摄受。

净与不净浩瀚刹土范围中：意思是于浩瀚无边的十方刹土中，文殊怙主上师无论是示现在清净的刹土，还是示现在不清净的刹土，我皆不远离上师而安住在上师的身边。

依于人与非人等等无定身：意思是于各种刹土中，无论是示现人的形相，还是示现非人的形相，乃至于示现地狱、饿鬼、旁生等恶趣众生的形相。总之，在上师“依于人与非人等各种不定的身相”利益众生时，我皆不远离上师而安住在上师的身边。

“文殊怙主上师利生行者前，我亦不离而住发此吉祥愿”：如是在文殊怙主上师利生行者面前，一切时处皆不远离而安住，我已发下如此生生世世不离上师的吉祥愿。

由于大恩上师对文殊怙主——全知麦彭仁波切的信心无比清净，所以在如是清净的信心前，无论文殊怙主示现何种身相皆诚信此乃怙主不可思议的智慧游舞；又无论怙主于何处示现，皆诚信此乃怙主周遍法界之大悲的流现。以清净至极的信心便发出如是与怙主上师融合相应永不分离的大愿。

3．摄引净土愿

【无始以恩养护慈母众有情，
无有遗余大乐清净刹土中，
容易引导威力吾身独获得，
愿能成办文殊上师所欲义。】

愿我获得，将无始以来一切以大恩养护自己的慈母有情，无有剩余且很容易的引导至大乐净土中的大威力，愿我能够如是成办文殊上师所欲的大义。

颂词前三句实际发了极圆满的愿菩提心，因此中圆满含摄七支，所谓七支即“知母”、“念恩”、“报恩”、“平等”、“慈”、“悲”及“增上意乐”。

无始慈母众有情：即了知无边无际的有情，皆曾作过自己的母亲，所以是“知母”。

以恩养护：即了知无始以来的慈母皆曾对自己以大恩养育，慈爱呵护不已，所以是“念恩”。

无有遗余大乐清净刹土中：此句当中含摄“报恩”、“平等心”、“慈心”、“悲心”共四支。其中“无有遗余”，即是指无有任何亲怨的偏袒，对周遍法界的一切慈母有情，无有剩余的皆安置于净土，所以是“平等“。因为给予的是净土的大安乐，所以是”大慈“。又因为拔除一切由杂染所引生的痛苦，所以是“大悲”。而此句总的意思即是“报恩”。

容易引导："引导"表示不仅仅是发愿心而已，亦包括自己以种种善巧方便亲身摄受慈母有情，引导他们入于大乐净土的实际行为。此即是"增上意乐"。

吾身独获得：即是指欲成就他利究竟，亦是"誓取无上菩提"的弘愿。

所以，此三句圆满具足愿菩提心的七支成就。

愿能成办文殊上师所欲义：此句意义甚深，因为一切依止上师的修行皆可摄入此句当中，即摄入"成办上师所欲义"——成办上师最希欲、欢喜之事中。既然如此，那么何为文殊上师所欲义呢？即摄引一切慈母有情，将他们皆安置于大乐净土，便是文殊上师所欲义，亦是一切上师所欲义。关于此理，可引《普贤行愿品》中的经文来作说明，如《普贤行愿品》中云："菩萨若能随顺众生，则为随顺供养诸佛；若于众生尊重承事，则为尊重承事如来；若令众生生欢喜者，则令一切如来欢喜。"而将无始以来的慈母有情，皆无余摄入大乐清净刹土中，可谓是真正的"随顺众生"，亦可谓是对众生尊重承事已至极点。由于令众生获得无上欢喜，所以就是供养诸佛、尊重承事如来以及令诸佛欢喜。而上师又是十方诸佛的总集，所以如是作，就是在真正供养上师、尊重承事上师，令上师欢喜。如是可知，摄引众生

入于大乐净土，才是文殊上师真正所欲之义，即文殊上师真正欢喜之事。

此摄受众生引入净土的大愿，亦是大恩上师一生最大的心愿。如上师于《胜利道歌》中云："以此善根愿诸众，超越轮回之深渊，令诸心子皆欢喜，往生西方极乐刹。"于《愿海精髓》中云："凡结善恶之缘诸有情，此生命终往生极乐刹，获得阿弥陀佛亲授记，祈愿圆满智悲力威德。"于《怀业时语》中亦云："今起我等师徒之会众，依于稀有总集之事业，怀柔心境善巧之方便，令众往生乐国我心语。"

大恩上师还曾经说："我今生最大的愿望，就是将凡是与我结过善缘或恶缘的所有众生，都接引到极乐世界。虽然也有东方现喜刹土、邬金铜色吉祥山刹土等诸多清净刹土，但是如极乐世界般功德圆满，又极容易往生的净土却绝无仅有。而且往生之后，可以成就一切所愿，无勤救度一切众生。"

大恩上师于一九八九年朝礼拉萨觉沃佛像时，觉沃佛像放光，对上师如意宝授记："善男子！以后凡是与你结缘的众生都能够往生极乐世界。"而且大恩上师不只一次对我们说："凡是能够念诵一百万遍阿弥陀佛名号的人，必定能够往生极乐世界。

4．道歌加持愿

【何者耳闻此歌愿与吾一同，

消净耽执今生如雾分别念，

无勤作中自在菩提三十七，

成就究竟二利十力功德主。】

此颂是大恩上师发愿加持所有听闻此道歌者，皆能够有殊胜的成就。

无论是谁，只要闻此道歌，愿他与我一同彻底清净如雾般的耽著今生的分别念，能够于无勤作之中，自在修行三十七菩提分，最终成就十力功德圆满、二利究竟的佛果。

“消净耽执今生如雾分别念”：此句可谓是对整个道歌的总结，道歌正文的所有内容皆可摄入此句当中。

“耽执今生的分别念”，包括对今生的名声财富、亲怨朋敌以及衣食房舍等耽著的分别念，之所以比喻为雾是因为雾有笼罩、遮障与虚妄之义，而耽著今生的分别念亦有此三方面的弊病。

首先，因为此种分别念能够罩住有情的身心，令有情的一切心意言行皆在其支配下迷茫行事，所以说如雾。其次，因为耽著今生的分别念一旦生起，便会遮障相续中本有的智慧，令耽著者处于愚痴的状态中而无法

认知万法的实相，所以说如雾。再者，又因为此耽著今生的分别念虚妄不实，仅是虚假的妄想，无有丝毫实体可得，当智慧生起彻见其虚妄时，它便会踪影全无，如太阳一生起，雾便消散一般，所以说如雾。

此道歌的法音，就如森林杜鹃的妙音般微妙悦耳。具善根之人，闻此杜鹃妙音，心中定会豁然开朗，会忽然间觉醒到：昔日一切追求今生的想法，皆只是颠倒的妄想而已。如是，如雾的分别念消散之后，便如从梦中猛醒般，不再受迷梦的系缚。所以，只要有缘者对大恩上师具有信心，以大恩上师愿力的加持，一定可以通过如是的杜鹃妙音消净一切如雾般耽著今生的分别念。同时，要深深铭记，乃至相续中产生刹那顷的厌离今生的智慧，皆是大恩上师以智悲力加持自相续的结果。

以上四颂发愿文之金刚句的词句虽然不多，但可谓词渊句奥、理义深邃，尽摄一切佛法修行的关要。对此我们可引传承上师的教言来作证明。如全知麦彭仁波切于《文殊上师欢喜教言论》中云：“一切出世的无漏功德都源于对上师三宝的信心，在轮回中修积的一切福报都源于对众生的大悲心。”而发愿文前二颂中所发的祈求加持愿与不离上师愿，恰恰体现出大恩上师对文殊怙主——全知麦彭仁波切的不可思议之信心。后二颂的摄

引净土愿与道歌加持愿，又体现出大恩上师对一切众生的不可思议之慈悲。所以，此道歌中的大恩上师的发愿文可以说是一切佛法关要的精髓。

作为弟子，当随学上师发如是的胜愿。即一方面要发起祈求大恩上师加持的愿，时时处处祈祷大恩上师加持自己清净一切堕罪异熟，获得临终无悔的圣法成就。亦要发起生生世世不离大恩上师——法王如意宝的大愿。如是以无伪的信心，最终定会获得法身的成就。另一方面，当随学上师，发愿将无始以来的慈母有情摄引到大乐净土，同时亦发愿以智慧的法音，驱散一切众生耽著今生的如雾分别念。如是以大慈悲的愿力，最终定能现前色身的成就。

道歌最后的两个大愿，是对有缘弟子而发。即摄引有缘弟子，往生大乐的清净刹土与加持有缘弟子消除耽著今生之分别念的两大胜愿。之所以如是发愿加持吾等，是因为往生净土的正因即是与净土相应的愿。而此愿又分为两个方面，即欣求极乐与厌离娑婆。所以，首先以大恩上师愿力的加被，有缘者皆会随上师愿力的感召，发愿往生极乐国，对于极乐世界自然生起无比希欲的欣求之心。再者，以此道歌的加持，又能够生起真实的厌离心。如是真实按照大恩上师的教言去修习——持

诵阿弥陀佛名号与心咒，再加之以上师真实无伪之大愿的加持，决定可以往生极乐世界花开见佛悟无生。

【具三十七菩提分数之颂文，殊胜木龙年七月三十日，阿旺洛珠宗美口中流出未作丝毫修改瞬间而成。茫呷郎！】

二〇〇五年藏历八月十六日于雪域喇荣圣地通过录音整理成文。

显示寿命无常的悦耳道歌·瀑布妙音

显示寿命无常的悦耳道歌·瀑布妙音讲记

显示寿命无常的悦耳道歌
——瀑布妙音

法王如意宝晋美彭措　著
堪布益西彭措　译

广集诸尊坛城之作者，无上恩师法王麦彭尊，
安住吾心莲花盛妙垫，唱起一串自然悟道歌。
夏日清凉树林鲜花园，美境宛如欢乐之天境，
一旦秋霜冬雪狂风时，导致悲伤心中起厌离。
点缀绚丽多彩花丛中，蜜蜂欢唱胜似妙音天，
虽欲享受长久之欢悦，无奈业惑显现花凋零。
茂密林中杜鹃之欢唱，婉转悦耳优美如献歌，
寒秋来临情景又如何，细想即是无常之善师。
蒙蒙细雨氤氲五彩虹，赤橙黄绿绚烂浮云间，
瞬间不知消失于何处，如理思察无常现量显。
秋日白云堆积如雪山，刹那无迹消失虚空中，
现世如是无有可靠处，此喻堪为厌世良教言。
广阔坚固三千大千界，终被火水风灾所毁坏，

遑论所居房屋及墙院，此等更是无有可信处。
具有神变通灵寿长劫，禅悦为食天神与仙人，
无法躲避阎罗与怨敌，未念己亡即是颠倒想。
昔日四洲权势圆满者，虽有少数闻名转轮王，
如今忆念只剩名字已，微弱自身更无坚固性。
断证圆满能仁与佛子，虽曾现如空中群星般，
正因揭示无常而涅槃，回想此义深知皆无常。
寂静净土桑耶宝顶洲，师君三尊眷属在世时，
一切圆满真是甚欢喜，如今思忆实乃极悲伤。
若未如理闻思圣教海，以估计心不能断无明，
年老而成家眷九人官，临终阿伯无善转恶趣。
舍弃实修经续窍诀义，甚深法要只当吹敲唱，
无厌贪享信众之财物，临终命断自罪极明显。
机灵善辩学法之僧童，心中贪求讲辩诸名望，
苍螺白发可得博学位，汝于人间得乐亦短暂。
轻视三学修道之功德，耽著今生积财伪僧徒，
临死之时仍不知餍足，奈何阎罗法律无情面。
白发苍苍衰败之老人，尤作多年计划度人生，
不思己如即灭之油灯，将到中有应备行路粮。
风华正茂倨傲之青年，心中无有死亡等忧怖，
忽然瞬间阎罗狱卒到，捆缚脖颈时生大忧恼。

彼此相恋韶华之男女，心中无尽甜言与蜜语，
妄想终身不分同度日，怎奈不知寿命能长否？
往年家世圆满富饶者，今日众多变迁受痛苦，
无常本性现于意端时，必当厌离一切有漏境。
白牙三十颗颗自散落，满身皱褶犹如盘山路，
如是临近死神之呼唤，懵懂如初岂不如牦牛？
再过一年至明年今日，众多健者已命赴黄泉，
谁人敢说此中无自己，故而死路并非很遥远。
世间之人再过百余年，不留一人决定都死亡，
正如梦中短暂迷乱现，追求今生有何精要义？
与己童年友好之同伴，多数飘零东西无定处，
眼见众多流转中阴身，自己决定不可常住世。
难忍阎罗使者来到时，无缝坚固城堡中躲避，
图以十万甲胄作护卫，然终无法人间停一时。
设若尔曹财宝遍三界，岂料阎罗魔众拒受贿，
威慑三界梵王与帝释，想免死道亦无有办法。
身体美貌犹如彩云般，通达诱人种种巧幻术，
无奈夺命阎魔众威军，微汗毛许不为汝所动。
昔人有病无病皆死亡，请你静心慎重细思维，
以已决定死亡为鞭策，由此当速精勤解脱道。
以已决定死亡为鞭策，由此当速精勤解脱道。

管理万户人众之官员，死时无权带走一伙伴，
亦无权享一口食物故，唯一有利正法勿退失。
今生灭尽显现业惑苦，虽多亲友不能替一分，
泪流满面无可奈何故，如今精勤求法莫懈怠。
若能观想一切内外法，乃为指示寿命无常书，
自然道歌虽然无边际，仅以此歌奉献忠心友。
再听诚挚情深知心言，轮回万物非有依靠故，
为得恒时无漏之圆满，现今应当修法披誓甲。
愿我从今乃至虚空尽，怙主文殊上师常敬礼，
为度困苦众生传深法，誓同文殊勇士伟大心。

此同于三十二妙相数字之颂，乃以道友俄仔亚纳反复劝请为助缘，兼以自己心相续中对无常生起厌离心为能作因，故依心中显现如实而作，阿旺罗珠宗美于甲辰年元月二十七日。

愿一切吉祥！

显示寿命无常的悦耳道歌

——瀑布妙音讲记

法王如意宝晋美彭措　著

堪布益西彭措　讲授

大恩上师法王如意宝宣唱这首悦耳道歌的目的，是为开显寿命无常的真谛，以唤醒沉迷于常执的有情，令趣入摄取佛法心要的修行。

此道歌的含义可从所显示与能显示来分析：

所显示者，即寿命无常，从广义而言，任何一种有为法都是以因缘所作，故皆具寿命，因缘聚合即产生，因缘消散即坏灭，在此期间的一期相续即为寿量。基于此义，一切有为法皆为非常有的坏灭本性，完全是刹那生灭无常的自性，所以，不论是外在的器世界、内有情世界，或欲界、色界、无色界的一切有为法，其寿命皆是无常。因此佛陀宣说四法印时，首先即宣说“诸行无常”法印。从狭义而言，即特指每个轮回有情的寿命无常，亦即有情以业惑增上力所召感的生命，乃无常的本质，任谁也无法超越。

能显示者，从广义而言，大千世界的器情万相都在显示无常之理，可谓尘说、刹说、炽燃说、无间说，总是在显示“诸行无常”，无有一法不是无常的譬喻。从狭义而言，寿命无常的能显示，即这首道歌中以种种譬喻、种种事例显示无常的三十二个颂词。

若问：既然大千世界时时处处都在显示寿命无常，为何大恩上师还要宣唱这首金刚道歌呢？

回答：虽已如是在显示，但因我们被常执所蒙蔽，所以对此视而不见、充耳不闻。大恩上师为能开启我们的觉悟，便现前指点无常的法义，如是被点醒后，即可时时处处倾听大千世界的无常道歌。

此道歌的小标题——瀑布妙音是以比喻而取名。瀑布是不住之相——飞流直下的瀑布一刹那也不能安住，以此比喻每个生命在迅速流逝，不可能停住一秒钟，直奔死亡。而且已流逝的岁月不能复返，故应珍惜每寸光阴，皆用以修行。或者可解释为：此无常道歌在大千世界中相续不断地演唱，毫无断绝、停止之相，所以是永不停止的瀑布妙音。或者从声音的作用上解释：有些声音会引发贪欲，有些引发嗔恨，有些引发愚痴，但瀑布声甚是清净，可令听者自心趋入宁静。如是聆听大恩上师乃至整个大千世界的无常道歌，可以产生善妙的效

果，即能令我们尘虑顿消、道念增长。从此意义而言，也是瀑布妙音。

以下正文分三部分，第一颂是顶礼立誓句，最后一颂是回向句，中间三十颂是道歌的正体。

一、顶礼立誓句

广集诸尊坛城之作者，无上恩师法王麦彭尊，

安住吾心莲花盛妙垫，唱起一串自然悟道歌。

此颂前三句是顶礼句，第四句为立誓句。

广大摄集本尊坛城的作者——无上大恩上师法王全知麦彭智慧尊，安住在我心间莲花盛妙的坐垫上，由此唱起一串未经分别念造作而自然流露的悟道之歌。

此颂中，大恩上师是以上师安住心间的方式，顶礼全知麦彭仁波切，亦即以自心与全知麦彭仁波切的智慧无二一味之方式顶礼。

大恩上师又是如何立誓宣唱此道歌呢？即法王全知麦彭仁波切融入自心后，观照被常执束缚而远离正法妙道的可怜众生，为唤醒彼等迷梦，故以大悲为等起，自然唱起显示寿命无常的悦耳道歌。

此颂也是告诉我们：若以信心融入上师的加持，自然能生起大悲，缘众生而宣演法音。由此可知，礼敬上师乃度生事业的源泉。

二、道歌正体

首先，大恩上师以大自然的譬喻来显示寿命无常的真相。

夏日清凉树林鲜花园，美境宛如欢乐之天境，

一旦秋霜冬雪狂风时，导致悲伤心中起厌离。

夏季茂密的树林中清凉宜人，大地上盛开五颜六色的鲜花，姹紫嫣红，如此美丽的境界仿佛欢乐的天境般，处处生机盎然，悦意非常。如此美景若能永恒安住，那确实无由对此世界产生厌离，但事实却表明，有漏的轮回世界并不存在永恒的美丽与兴盛。随着时间的推移，大自然显露出衰败与灭亡的一面，它告诉我们，暂时的美丽与兴盛不可信赖，因为它只是因缘假合的虚伪之相。一旦秋霜降临，衰相即会显现，大地变得坚硬，秋风萧瑟，一片冷清。时至严冬，大雪纷飞，连绵的群山被大雪覆盖，苍茫的天地间点绿不存，狂风将树木摧残得只剩骨架，此即轮回万法难逃毁灭的悲剧。《红楼梦》中有一首词叫《飞鸟各投林》，即描写无常的结局："当官的，家业凋零；富贵的，金银散尽；有恩的，死里逃生；无情的，分明报应。欠命的，命已还；欠泪的，泪已尽。冤冤相报实非轻，分离聚合皆前定。欲知命短问

前生，老来富贵也真侥幸。看破的，遁入空门；痴迷的，枉送了性命。好一似食尽鸟投林，落了片白茫茫大地真干净。”因此，轮回的一切法最终都是毁灭的结局，见此普遍性的悲剧后，深知在这虚诳的现象中无丝毫安乐的自性，导致悲伤、心生厌离。

点缀绚丽多彩花丛中，蜜蜂欢唱胜似妙音天，
虽欲享受长久之欢悦，无奈业惑显现花凋零。

点缀在绚丽多彩花丛中的蜜蜂，上下盘旋飞舞，嗡嗡地欢唱，如同妙音天女一般。虽然它想享受长久不变的欢悦，无奈好花不常开、好景不常在，一旦秋末寒冷来临时，朵朵鲜花皆从枝头萎败而凋落，昔日鲜花丛中得意的欢唱，也成了无有寄托的孤独哀愁。

年少时的我们，即如同花丛中的蜜蜂一般，有唱不完的歌、跳不完的舞，感觉生活绚丽多彩，好似整个天地都充满欢乐，对未来也是充满美好的幻想。但此有漏世界毕竟皆以有为法所组成，任何一法决定都是坏灭的本性。所以，在出生中即隐藏着死亡，在兴盛中即隐藏着衰败，在欢乐中即隐藏着感伤，在团聚中即隐藏着离别，在美丽中即隐藏着丑陋，在笑声中即隐藏着哭泣，在崇高中即隐藏着堕落，在享福中即隐藏着灾祸。因此，

由常执引起的幻想，决定终归破灭。

此处通过金刚句指点后，我们应有清醒的理智，了知幻想与现实之间的距离。我们虽如颂词中的蜜蜂一般，幻想好花常开、好景常在，希望享受长久的欢愉，但这毕竟只是一种与现实相违的非理作意，以此常颠倒、乐颠倒的非理作意，并不可能改变诸有无常的坏苦本性。倘若痴迷地将安乐寄托在如是昙花一现的虚诳美景上，最终必定陷入失落的痛苦中而无法排遣。了知此理后，即须以理智观照三有无常的自性，通过如理作意来破除常执与乐执。佛在《涅槃经》中说："一切诸世间，生者皆归死，寿命虽无量，要必当有尽。夫盛必有衰，合会有别离，无有法常者，一切皆迁动。流转无休息，三界皆无常，诸有无有乐，故我不贪著。"此外，《红楼梦》中警幻仙姑亦如是唱道："春梦随云散，飞花逐水流，寄言众儿女，何必觅闲愁？"所以，唯有以智慧观见春梦的消散、飞花的流逝，才有可能放下情执，免去无意义的欢喜与哀愁。

茂密林中杜鹃之欢唱，婉转悦耳优美如献歌，

寒秋来临情景又如何，细想即是无常之善师。

此颂含义非常深刻，以下将层层解释：

在初夏茂密的森林中，杜鹃常常日夜不断地欢唱，

它鸣叫的声音如同献歌般，婉转悦耳、优美动听。痴迷的杜鹃只知执着眼前的欢乐，如何能知今日的献歌将成来日的悲歌。当寒冷的秋天来临时，情景又将如何呢？森林中再也找不到杜鹃的影子，杜鹃与它优美的献歌早已烟消云散，寂静的森林中一片死寂，到处是枯枝落叶。转眼间一切已成“乐极悲生，事过境迁”，细细思维，此即显示无常的善知识。

明代莲池大师在《竹窗随笔》中有一则故事，可与此颂对照发明。故事中说：某年秋季考试的榜文公布后，庆贺新科举子的乐队，经过某寺院的山门。寺中有两位僧人听到鼓乐声便出来观看，甲十分羡慕地说：“善哉！不亦乐乎！”乙则感叹地说：“善哉！不亦悲乎！”甲听后甚感奇怪，便问乙何出此言，乙说：“你只知今日的鼓乐，不知还有后日的鼓乐。”甲不解其义，仍羡慕不已。对于同一件事，为何心态竟有如此大的差别？原因即是着眼点不同。故事中的两位僧人，分别代表愚者与智者，愚者目光短浅，只知眼前而看不到未来，所以一见现法的圆满便生羡慕之心；而智者眼光长远，能见到未来的毁灭，由见未来的坏苦而心生悲哀。因此由于观念不同，便会导致两种截然不同的心态。若按甲的看法，必会堕入常执与乐执中，以颠倒心障蔽而不见无常的面

目，如此便会导致缘现法而耽著，无缘趣入解脱道。相反，若能将眼光放长远，心缘毁灭的一面思维，无常的面目便会迅速显现。所以，大恩上师在此颂关要处指点我们，应当细想“寒秋来临情景又如何”，如是诸行无常的本质即能迅速显示，故从作用上说“细想即是无常之善师”。

此处应当广大理解譬喻的内涵:“寒秋来临的情景”实际是指一切有漏法衰败、灭亡的景象；“细想”是指须与世间人的观念相反，即应时时处处念死念衰、念苦念灭。若能如是细想，则三有诸法无一不是开示寿命无常的善知识。举例来说，今日如花似玉之时，即应思及他日人老珠黄的情景如何？今日团圆欢聚之时，即应思及他日家破人亡的情景如何？今日生意兴隆之时，即应思及他日倒闭破产的情景如何？今日年少健康之时，即应思及他日衰残老病的情景如何？若能在各种事相上，觉察到由生至灭的全部过程，三有坏灭无常的本质便可清晰显现，由此心态便会产生极大的转变。比如原先看见鲜花盛开时，只会耽着暂时的美景而欢喜，但若能思及鲜花未来的凋零，即会心生悲哀；又如原先欣赏日出的绚丽，但若思及日落黄昏的景象，便会觉得凄凉。所以只要换另一种眼光，朝诸法的结局上细想，一旦见到

未来的衰败毁灭，即能了解现法毫无实义。

《红楼梦》中有一首词描写道：“家富人宁，终有个家亡人散各奔腾。枉费了，意悬悬半世心。好一似，荡悠悠三更梦。忽喇喇，似大厦倾。昏惨惨，似灯将尽。呀！一场欢喜忽悲辛。叹人世，终难定。”此处我们须悟入坏苦的自性，一切人世间的法，终归有如是三更梦醒、大厦倾倒、油灯灭尽之时。所以暂时安住时不应欢乐，须知唯一能利益我们的，只有正法，唯有依止佛陀的教言精进修持，才能获得真实的安乐。

以上三颂是从观察毁灭的角度显示寿命无常，下面两颂是以变化迅速的比喻来显示。

在现象界中，有些法以凡夫的根识很难觉察到无常，因其变化异常微细，几乎觉察不出其前后差别。以这样的相似相续，会令我们产生坚固不变的错觉，比如高山、钢铁之类的法，即不易令人生起无常的感觉。另外有些法，比如瀑布、流水、夕阳、闪电、彩虹、白云等，即明显地在对我们显示生灭无常之相，而且由于变化迅速之故，容易引起无常之想。因此，下面大恩上师借彩虹与白云来显示寿命无常。若能以此作为所缘来观修无常，则为善巧，因从此处容易悟入诸行无常、毫无实义的道理。

蒙蒙细雨氤氲五彩虹，赤橙黄绿绚烂浮云间，

瞬间不知消失于何处，如理思察无常现量显。

彩虹，是雨后天空中的小水珠经日光照射后，发生折射与反射作用而形成的弧形彩色光带，呈现赤、橙、黄、绿、蓝、靛、紫七种颜色。

在蒙蒙细雨的烟气弥漫之中，忽然显现五彩绚烂的彩虹，依次有赤、橙、黄、绿等颜色，如同一条彩带现在浮云中间，但转眼间，彩虹已不知消失于何处。对此若能如理观察，无常的面目便会在眼前现量显现。

彩虹美丽光耀的假相，代表我们暂时的青春美貌、辉煌成就，也可代表我们暂时的富足圆满、美名赞誉。这一切都如彩虹般，因缘积聚时忽然显现，但随着因缘消散，也在转瞬之间了无踪迹。在此天地间，曾有多少人如绚丽的彩虹般，出现在人类历史的上空，光耀显赫，但最终皆无影无踪，连一微尘也未留下。当了知灭的无有踪迹，便知生是虚妄；了知生是虚妄，即知显现无有实义；了知显现无有实义，便知无可执着。

秋日白云堆积如雪山，刹那无迹消失虚空中，

现世如是无有可靠处，此喻堪为厌世良教言。

秋季天空中的白云团团堆积，犹如洁白的雪山一

般，浮在天边，但刹那间便在虚空中消失无踪，此大自然的譬喻极为生动，确实是厌离世间的善妙教言。它告诉我们：一切现世诸法最终必定消失无迹，毕竟无有可靠之处。若被它所诳惑，所付出的一切努力，都将落得毫无意义，《中阿含经》说："一切行无常，不久住法，速变易法，不可倚法。如是诸行乐著，当患厌之，当求舍离，当求解脱。"

下面结合白云的比喻来观察：

首先，从此刻往前观察，此生以来曾经显现的一切法，皆已消失无踪、丝毫无存。再往观前世，曾无数次转生为大梵天王、帝释、转轮王等，拥有崇高的地位，但此时连名字也未留下。所以，过往的一切确实如云烟般，皆消失于虚空中。

接着观察未来，在命终时，一切现世的显现悉皆隐没，将要进入的是后世完全陌生的世界。

再观察现前这一念心，也如空中浮云般，因缘积聚时忽然闪出一念，却无法觅得来处；刹那消失之际，也无有去处。当处出生，当处寂灭。

如是即知，所谓白云实际是指迷乱心前无而妄现的客尘法，是本来无有实义的幻化相。白云比喻现法不会久住，无任何可靠之处。所以，若将幻想建立在如浮云

般虚诳的法上，且为能实现梦想而付出很大的努力，但最终决定如水中捞月般，不得任何实义。了知事实后，即应厌离世间八法，唯一摄取佛法心要。

下面几颂是以对比的方式来显示人的寿命与受用无常。

广阔坚固三千大千界，终被火水风灾所毁坏，

遑论所居房屋及墙院，此等更是无有可信处。

即使是广阔、坚固的三千大千世界，最终也会被火灾、水灾与风灾所毁坏，则不必说我们所居住的房屋与墙院，当更是无可信赖之处。

劫末之时，首先是初禅以下的有情逐渐灭尽，尔后天空中依次出现七个太阳。当第一个太阳出现时，一切树木园林皆被烧毁；第二个太阳出现时，一切池沼的水都被烧干；第三个太阳出现时，一切江河之水全部干涸；第四个太阳出现时，无热恼大海亦被烧干；第五个太阳出现时，从一百由旬、二百由旬、七百由旬、一千由旬乃至八万由旬深的海水，悉皆逐渐干涸，最后连牛蹄迹般尠少的水也不存在；第六个太阳出现时，大山、雪山皆被烧毁；第七个太阳出现时，须弥山、四大洲、八小洲、七金山与铁围山全被烧成一团火焰。火焰向下烧尽地狱，向上燃烧梵天所有的空无量宫。如是经过七次火

灾之后，二禅天以下开始遭遇水灾，如轭木大的暴雨，象箭一样从天而降，整个光明天以下皆如盐溶入水般地毁灭。经过七次水灾之后，下基的金刚风向上冲起，三禅天以下皆被风灾毁灭。如是，包括十亿个四大洲、须弥山与天界在内的三千大千世界全部同时毁灭，最后一切皆变成如虚空般一无所有。龙树菩萨在《大智度论》中说："大地草木皆磨灭，须弥巨海亦崩竭，诸天住处皆烧尽，尔时世界何物常。"

下面以对比的方式来分析：

比如在天人眼中，人间的住宅即如同人类眼中的蚁穴般，渺小脆弱。以人类的角度观看蚁穴，即知其脆弱无比，稍以水淹、脚踩便毁坏无余。如是，天人看人间的住宅也是如此，以小小的地震、洪水、火灾便可将其毁坏。既然连广大、坚固的大千世界最后都会变成虚空而无任何实义，则相比之下，人类如芝麻般大的房舍庭院又有何保障可言呢？一般人的身躯尚不足两米，每日所食亦不过三餐，本来在此人间一切皆应随缘度过，但世人反以久住现法的执著，为衣食房舍等费尽心思。如世上有许多人为了买房、修房、装璜，以及其它生活享受，耗尽一生宝贵时光。如是为了如蚁穴般的住所、受用，徒然浪费宝贵的暇满人身是否值得呢？毕竟此唯是

坏灭法的本性，无有任何实义，所以为此而起惑造业实不值得。

昔日杨岐方会禅师初于杨岐居住时，房屋仅能遮蔽风雨，甚是破烂。时至冬季，雪子布满床榻，但禅师亦未因此分心。当时有弟子诚心愿为师化缘修造房舍，但禅师推辞说："我佛有言，时至减劫，即使极峻的高岸与最深的山谷皆是迁变无常，如何能事事圆满如意、自求称足呢？汝等出家学道，作手脚尚未稳当，哪里还有闲工夫化缘，追求住处的华美呢？"最后禅师亦未应允。

经由如上解释，即应了知自己的住处与受用等，无有任何恒常坚固之义，唯学道、修行方有真实的受用，此外任何外在之法皆不可作为依靠。

具有神变通灵寿长劫，禅悦为食天神与仙人，

无法躲避阎罗与怨敌，未念己亡即是颠倒想。

具有五种神通的天神与仙人，寿命长达多劫，而且是以禅悦为饮食，尽管具有如是广大的福德与受用，却也无法逃避阎罗与怨敌，当引业穷尽时，仍会死亡而堕落。天人尚且如此，更遑论我们福德微薄、渺小脆弱的人身。所以不忆念自己将会死亡，即是颠倒之想。

从寿量上作比较：比如，天界最低者即欲界第一层

天——四王天，四王天的一天相当于人间五十年，其寿量是五百岁，相当于人间九百万年。如是往上越是高级的天人，其寿量越是成倍地增长，比如欲界第四层天——兜率天，彼天一日相当于人间二百年，而寿量亦增至四千岁，相当于四王天的十六倍。兜率天的一小时相当于人间八年多，所以当年无著菩萨到兜率天虽仅数小时，但返回时，人间多少青丝已成白发。因此，仅仅欲界天一日，人间即已更换好几代。

从六根的功能而言：天人具有天眼通、天耳通、他心通、宿命通与神足通，可于虚空中无碍飞行，能以天眼观知下界之事。今日人类虽然借助迅速发展的高科技，令六根的功能得到极大延伸，但在天人看来，可以乘飞机上空、越洋通迅、上网交流的人类，实如小虫摆弄高级玩具般，根本无法与天人的能力相比。

从受用食物而言：上界天人皆以禅悦为食，身心充满喜乐，而人类的食物仅是地上生长的五谷杂粮等，故于受用食物方面亦有极大差别。此外，由于天人的境界非常清净，故觉人间污秽不堪，在离地面一百由旬外，便已觉臭味难挡而不欲接近。所以，以帝释天之尊贵不可能降临人间，一般只是一些有福德的鬼神来巡视人间。至于夜摩天、兜率天以上的天人福德更大，身份更

是尊贵，根本不理会人间事务。所以，即便是以三十三天的天人来看，人类就如厕所里的小虫，而人间上好的美味，也只是厕所中的粪便而已，受用竟是如此下劣。

从权威而言：色究竟天中的大自在天，权威至尊，是娑婆世界的主宰。他统辖的范围是一万亿他化自在天、一万亿化乐天、一万亿兜率天，一万亿夜摩天、一万亿忉利天、一万亿四王天、一万亿日天子及一万亿月天子。乃至欲界诸天连他的名字都无从知晓，更无法见到他的情形。相比之下，人间最有权势的总统，也只是蚂蚁王国的小王而已。

以上所说寿量多劫的诸天是如此神通广大、威光赫奕，但当死主来临时，如是伟大尊贵的天人也会从崇高的天际直接下堕，而无任何回遮之法。《功德藏》云："梵帝自在转轮王，无法摆脱死魔主。"《解忧书》云："大仙具五通，能行于虚空，然而却不能，诣于无死处。"与诸天相比，人类只是天地间小小的裸虫，生存在如小泥丸般的地球上，以如是渺小的身形、下劣的受用、短暂的寿命，若仍执著自己不会死亡，则确实非常颠倒。

例如，厕所中的小虫执著自己不会死亡、妄想在厕所中永远存活，且为享受眼前少许的粪便而拼命追求，在如此狭小、下劣的生存空间，彼此为了少许粪便而激

烈地争斗，得到了便兴奋不已，失去了便悲伤哭泣。当我们看到这一幕时，必觉十分可笑。天人看人世间的事也是如此，本来人命已如此短暂，每个人都只是这个世界的匆匆过客，但人们却不去忆念无常，反为贪图眼前如粪便般的些许受用，不惜一切代价，用尽全力争取，可见分别心十分可笑。一个人在天人眼中即如同显微镜下的微生物，但即便是如此微小的众生，以强烈贪执推动，其相续中竟有无量无边的现世理想、千年万年的宏伟计划。人类身形虽小，妄想却可无穷无尽，可见分别心确实厉害。正以人类这种强烈贪执现世的颠倒心，而导致在短时间内便有如此多的斗诤。所以真正可怕的，正是这一念执著现法的颠倒心。

通过以上比较我们便懂得，与天人相比，自己的寿命仅在须臾之间，很快将会死亡。若仅为贪图现世微不足道的受用而空耗人身，实无半点实义。所以，唯有将自心完全转入闻思修行中，方能获得真正的利益。

昔日四洲权势圆满者，虽有少数闻名转轮王，

如今忆念只剩名字已，微弱自身更无坚固性。

在往昔人类福德普遍增上的时代，虽曾出现少数权势圆满、统治整个四大部洲的转轮王，然而至今，除仅

能在心中忆念他们的名字外，其它一切皆已荡然无存。权势圆满的转轮圣王尚且以无常而化为乌有，何况我们如是微弱的身躯，更是无有丝毫坚固的自性。

首先对转轮王稍作解释。转轮王即位时，以其福德力感得轮宝旋转而降伏四方，故称为转轮王。又因他能在空中飞行，所以也叫“飞行皇帝”。在增劫时，人寿增至两万岁以上，便开始有转轮王出世；而在减劫时，从人寿无量岁至八万岁之间，才有转轮王出世。人寿八万岁以后，因有情的福报、寿量损减，恶业增盛，所以不能感得转轮王出世。转轮王有金、银、铜、铁四种，其中统治四大部洲的是金轮王（颂中“昔日四洲权势圆满者”即指金轮王）。通过金轮王所具足的七宝，便可体现其福报与权势的异常圆满。七宝即轮宝、象宝、马宝、珠宝、女宝、主藏臣宝与主兵臣宝。

在转轮王出世时，便由其福德力而显现千辐妙轮，此轮宝升腾至虚空后，转轮王与其军队即可腾空飞行。凡是轮宝降临之处，当地国家皆归附于他，故转轮王能以威力降伏一切。第二是象宝，其形相端严洁白，极其圆满调柔，能伏一切敌军。第三是马宝，其肤色如蓝色火焰般，且速度奇快，饭食之间便可绕大海一周。第四是女宝，形容端正，与其相触便生微妙乐受。第五是珠

宝，在转轮王的宫殿中，自然出现琉璃所成的摩尼宝，色泽纯青，能出生一切所欲之物。到了夜间，摩尼宝可照亮一由旬远之处，热时能放射清凉的光，冷时能放射温暖的光。此外，只须触摸摩尼宝便能遣除一切疾病，在干旱的土地上放置摩尼宝，便可流出水来，是这样殊胜的一种如意宝。第六主藏臣宝，亦是以转轮王的福德力自然召感。主藏臣宝只须一伸手，便可获得所欲的财物。第七主兵臣宝，亦是自然出现，其英勇无比、力量超群，且足智多谋，对转轮王的意愿极具成办之力。

即使权势、受用与眷属皆如是圆满的转轮王，在面对死亡时亦显得无奈。当业力成熟时，同样是倒地而亡，成为一具死尸，尔后四大分解，化为微尘。所以在因缘穷尽时，转轮王与其七宝也会消失无余。这些曾在人类鼎盛时期出现的人物，至今除了在佛经中能见到少数几个名字外，何者亦未留下。可见世间一切皆唯暂时的幻化而已，无有任何实义。与转轮王相比，人们自以为美妙的豪华住宅、奔驰牌小车、圆满眷属、丰饶资具与显赫权势等，其实就如同蜜蜂的蜂巢一般。因此，人们如是微弱的身躯与受用，并无丝毫坚固自性，那么，徒耗毕生精力以求取泡沫般的身财受用是否值得？我们为何还要如此心甘情愿，以自己宝贵的一生换取无甚实义

的结果呢？对此必须反复思惟，方能妥善抉择自己一生的方向。

以下是从思惟诸佛菩萨的角度，而显示寿命无常的真理。

断证圆满能仁与佛子，虽曾现如空中群星般，
正因揭示无常而涅槃，回想此义深知皆无常。

在此娑婆世界曾出现许多断证圆满的佛菩萨，其数多如夜空中的繁星，然而为向众生显示一切有为法无常，诸圣者们皆一一示现涅槃，至今无一存留于世。细思此义便深深明知：世间一切皆是无常的本性，任谁也无法改变。

因为时间是无始之故，在往昔无数时劫的轮回中，曾经示现成就无上正觉的佛陀及其眷属，应是不可计数。比如过去曾有七佛出世，虽从第一尊佛——毗婆尸佛到第七尊佛——本师释迦牟尼佛之间，每尊佛座下都曾有过不可思议的菩萨、声缘眷属，但这些诸佛菩萨、声缘罗汉皆已趣入涅槃。如释迦佛时代，有五百阿罗汉常常游行人间，但最终也都纷纷示现涅槃。尽管他们都是曾经生活在此世间的圣人，但如今也只有在寺庙中，才能看到他们的塑像与名字，其余何者亦未留下。尔后，在印度又出现过龙树菩萨、无著菩萨等二圣六庄严，以

及八十位大成就者等。虽然今天我们仍可恭习他们的论典、拜读他们的传记，但这些菩萨却无一人尚存于世。如是细思之后便会了知：无常确为这个世界的本质，它周遍此世间的每个微尘与刹那当中，令人无法回避。

龙树菩萨于《大智度论》中说："十力世尊身光具，智慧明照亦无量，度脱一切诸众生，今日廓然悉安在，何有智者不感伤。"在印度曾出现过具足十力的世尊，身光赫奕，智慧朗照万法而无限量。佛住世时，有缘众生皆得度脱，但如今世尊又何在呢？思及此等，岂有智者不感叹哀伤呢？虽然我们是释迦佛的儿孙，都皈依三宝、受世尊教化，但本师早已示现涅槃，我们无法亲见其色身，的确令人感伤。不禁令人感慨，在此轮回中有何实义呢？

阿那律古佛示现涅槃时，曾留下一首偈颂："有为法如云，智者不应信，无常金刚来，摧圣主山王。"一切有为法皆如浮云般无有坚实，所以智者不应对其信赖，一旦无常金刚到来时，即使是诸佛圣尊的色身、坚固的须弥山王亦会被摧毁无余。《阿含经》中记载：某日，阿难尊者来到佛陀面前，以头顶礼亲吻世尊莲足后说："世尊，您的身肉为何变得如此松缓？"佛说："阿难，正如你所见般，如来身体皮肉已经松缓，不如以前。

此色身为病所缠、为死所迫，如来已经衰老，年龄已过八十矣。”阿难闻佛所说，便悲伤哭泣，自言自语地说：“苦哉！到了老年，竟是这般光景。”此时佛陀教诲说：“诸比丘，世间无一法可依靠，应当舍弃世间，寻求不生不老、不病不死、无有恩爱别离的寂灭涅槃，汝等应常念无常迁变之理。”

《华严经》云：“观十种义，示般涅槃。”即诸佛如来以十种必要而在众生面前示现涅槃。

“十种义”：

1．示现一切有为法皆是无常；

2．示现一切三有无安；

3．示现大涅槃是安稳之处，远离一切怖畏；

4．人天众生执著色身，佛为人天示现色身是无常之法，令彼等希欲安住清净法身；

5．示现无常之力无法转变；

6．示现一切有为法不随自心而住，皆无自在；

7．示现一切三有如同幻化；

8．示现涅槃性究竟坚固，不可毁坏；

9．示现一切法无起，但有积聚、分离之相；

10．诸佛完成度生事业，所愿圆满，法轮已转，应度化者皆已度化，应授记者皆已授记，理应入于无变大

涅槃。

因此，为向众生示现诸法无常等，诸佛菩萨在化缘已尽时，无一不在凡夫众生前示现涅槃。一切皆在显示寿命无常，故于三有世间，根本无法找到一坚固不变之法。

【寂静净土桑耶宝顶洲，

师君三尊眷属在世时，

一切圆满真是甚欢喜，

如今思忆实乃极悲伤。】

“寂静净土”是指“桑耶宝顶洲”，即非常寂静的桑耶寺。有缘者至桑耶寺朝拜，即可消除业障、不堕三涂。

“师君”即莲花生大士、堪布菩提萨埵（静命论师）与藏王赤松德赞。“眷属”即二十五位君臣大成就者等。

“一切圆满”即当时具足五圆满——导师圆满、法圆满、眷属圆满、时圆满与处圆满。法王赤松德赞时期，迎请了大持明者莲花生大士等一百零八位班智达入藏，并建造桑耶寺。当时在桑耶寺，以法王赤松德赞作为施主，莲花生大士对二十五位君臣等诸多密乘根器者赐予灌顶，传授玛哈约嘎、阿努约嘎与阿底约嘎，令弟子们成熟相续。当时获得成就的人很多，比如，南喀娘布能

够骑在日光上；桑结益西能以金刚橛插入山崖；杰瓦秋扬能直接现见本尊，且三次作马鸣；华季益西能以非人作奴仆；贝若扎那具有智慧眼；法王赤松德赞获得不动三摩地；玉扎宁布证得最高境界；多吉登炯风行无阻等等。二十五位大成就者皆有不共成就，其中多吉登炯即大恩上师法王如意宝的前世。大堪布菩提萨埵则传授中观与戒律等显宗法门，并依照一切有部律度“预试七人”出家，创立了西藏僧团。另外，大译师贝若扎那等一百零八位译师学习翻译，翻译了印度圣地十分兴盛的经续论典。

因此，当时无论从导师、弟子、法、处所，或时节因缘等方方面面而言，都极为圆满。所以大恩上师说“一切圆满真是甚欢喜”，但如今想起，的确令人十分悲伤。在拉萨山南，虽仍有桑耶寺的遗址，但莲花生大士早已飞往西南铜色吉祥山，堪布菩提萨埵、法王赤松德赞及君臣二十五位大成就者亦皆示现圆寂。如今桑耶寺内冷冷清清，已无法再现前弘期佛法大兴、僧才隆盛的圆满景象。所以一切皆是无常，正如经典中所说：“积集皆消散，崇高必堕落，合会终别离，有命咸归死。”

以下四颂，大恩上师主要是告诫我们：无常迅速，所以在短暂的一生中，当为解脱生死而勤修清净佛法。

若不把握时机精进修持，将来便会现前如下所说的结局——临终时满负罪业而堕落。

【若未如理闻思圣教海，

以估计心不能断无明，

年老而成家眷九人官，

临终阿伯无善转恶趣。】

在青年时若未如理闻思广大圣教而生起智慧，则仅仅以估计心并不能断除无明。如是年老之时便会成为九人眷属的家长，临终时因老阿伯相续中没有积聚善法资粮，所以只能随着恶业转生恶趣。

以下以因果道理分析此颂含义。此颂第一句是因，后三句是果，即以“不如理闻思”为因，决定会产生“无法断除相续中无明”的结果。既然相续中的烦恼丝毫未能清净，则将来因缘会遇时，便会生起粗猛现行而强烈贪执世间八法。其结果即还俗流落红尘，将来成为九个子孙的家长，并且由于一生中都是为了现法不断造业，而未能修集善法资粮，所以临终时唯有满负罪障，在热恼中堕落恶趣。

具慧者理当明白：利用人身解决生死问题，方为人身真正意义所在，而欲解决生死问题，首须了知生死的由来。生死是果，其因即烦恼，而烦恼又是由颠倒执著

所引发，颠倒执著的来源即是无明。若欲了脱生死，即须断除烦恼；而欲断除烦恼，又须消除执著；欲消执著，则须相续中具有清净智慧的对治力；而产生清净智慧的前提，便是如理闻思。此乃关要所在。

若未经数数如理闻思，则相续中串习坚固的凡夫知见，毕竟无法转变成佛法知见。若于此根本上无有转变，则决定仍在世间的范畴起惑造业。所以，首先应如理听闻诸佛菩萨所开示的清净知见，以此产生闻慧，应从此处入手，作转变凡夫知见的工夫。在以闻慧忆持法义之后，方可进一步如理思维，即以思择力运用四种道理来抉择法义，以此便能断除疑惑、通达法义。尔后在此如理闻思的基础上，以心数数串习闻思所决定的法义，此即是修。以如理如法的实修方能真正改变以往的颠倒执著，从而才有希望从根本上解决生死问题。

人生是如此短暂，而修持正法又往往需要一个艰辛漫长的过程。所以，一定要将自己有限的生命、精力完全投注于闻思修行，尽快如理如量地完成这个过程。倘若青年时代未能如理闻思修学，一旦错失良机，相续中固有的知见未能转化，而仅仅是外表上剃了头、披著袈裟，则十分危险。因为一旦遭遇强势境缘，则极易起惑造业，与在家人无异，最终决定陷入世间八法的迷网中，

无法自拔。

莲池大师在《竹窗随笔》中说："最初出家之时，发心必定猛利，当趁此时一气作工夫，令自己有所成立。若悠悠扬扬错过此时，日后或住持寺院，或收门徒，或信施众多，如是大多被名利所累，不但了脱生死无有希望，连最初学道的志向亦被埋没，修行人不可不知此理。"莲池大师的教言与大恩上师此处所言意趣一致。古人有言："菩萨畏因，凡夫畏果。"我们须特别注重因地，若因地不真，果便遭受迂曲。所以，倘若今日不能把握时机如理闻思，将来便有堕落的危险。

【舍弃实修经续窍诀义，

甚深法要只当吹敲唱，

无厌贪享信众之财物，

临终命断自罪极明显。】

如果平时舍弃实修经典、续部、窍诀的意义，而只是利用这些甚深法要来敲打唱念，以这种有口无心的唱念，贪得无厌地享用信众的财物，则临终命断之时，自己的罪业一定会极明显地显露出来，届时只有以痛苦来偿还这笔业债。

下面引用《竹窗随笔》中的公案来作说明：明代在浙江乌镇利济寺，有师徒二位出家人。众人皆称此二出

家人谨慎厚道，所以委托他们作经忏的人越来越多，如是很快便积聚众多资财。但老师父十分悭吝，既舍不得自己受用，又不愿作上供下施。后来他患病，家人将其请回去治疗，没过多久便不治身亡，其一生积蓄皆归族人所有。十年后的某日夜晚，老师父托梦给他的亲人说："我因生时为人作经忏有错漏之处，而阴府的考核又非常严格，故苦不堪言。人间传说接受信财替人念经拜忏，如果念诵稍有脱落差错，到阴间后，须借闪电的光来认字读还的说法，确实如此。"

另有一则公案说：有位僧人病重，某日夜晚，外面正在放焰口施食，病僧对探病的人说："方才有鬼来要带我一起出去吃饭，我推辞未去。没过多久，鬼回来说：'那个施食的法师心不诚，害我们白跑一趟，一定要收拾他。'然后就牵着我的手前去。当时我见到许多鬼手拿钩索，说要将法师从台上拖下来，我心里很害怕便叫起来，众鬼才因此四散而去。"

此外，还有许多类似的事例：有一僧人施食时心无诚念，结果被鬼抬至河中，欲将其沉入水中。又有一僧人因忘记锁住衣箱，施食时心中仍惦念着钥匙，结果众鬼见到饭上都是铁片而无法食用。另有一僧人，晾晒衣服适逢下雨而未及时收回，所以施食时心中一直作意那

件衣服，结果众鬼见到饭上皆是兽毛而无法进食。这几位未如法施食的法师，日后都遭到报应。还有一人入了冥府，见黑房子中有几百位僧人，个个身体枯瘦、面色憔悴，皆显出忧苦不堪的神态。此人便询问这些僧人其中缘由，才知他们都是生前未如法施食的法师，死后来此受苦。

通过上述公案，我们应当反省自己，假如未能真实修习法义，而仅仅是以外表形相的敲打唱念来享用信财，最终所积罪业必定大如须弥，死后决定感受猛厉痛苦。所以，大恩上师在此处以大悲心告诫我们：在短暂的一生中，若以此种方式贪求信财，则临命终时，自己的罪业必定会极明显地现前。大恩上师曾于《岩洞老人颤抖道歌》中说："于此因果无欺正道中，若不慎重行持取舍理，堕落痛苦泥潭之中时，颠倒心相真正显露出。"在这因果无欺的正道中，如果不谨慎行持取舍的道理，一旦堕入痛苦泥潭时，颠倒的心相便会真正显露出来。我们常常可以见闻类似的公案，如有些人虽然生前地位崇高、声望显赫，一生中享用诸多信财，但其心中唯喜名利，完全与世人无异。结果临终时便会显现神智不清、异常恐惧等极其颠倒的死相，所以大恩上师说："在断命根时，颠倒的心相必定会充分显露出来。"

《本生论》中亦有一颂，即释迦佛的前世——王子月所说："如是若观世法性，诸人作罪当忧悔，又未善作诸妙业，恐于后法起诸苦，临终畏惧而蒙昧。"世间规律即是如此，造罪之人必定会于临终时生起忧悔，而且由于一生从未行持善法，以致临终时心中无有丝毫把握，面对后世堕落恶趣感受剧苦的果报，心中将生起无比的恐惧忧怖。

所以，我们应对无常、业因果等有一种警惕畏惧之心，才能行持清净的正法。人生如此短暂，我们现有福分出家，即应明白自己的本分何在，否则虽外现高贵的出家相，但内心却贪得无厌地骗取信财，则比在家人还不如。此不仅是生时自伐善根，且于死后还须堕落三涂蒙受长劫剧苦，如是无异自取毁灭，未免太不自爱。

【机灵善辩学法之僧童，

心中贪求讲辩诸名望，

苍螺白发可得博学位，

汝于人间得乐亦短暂。】

机灵聪颖、擅长辩论的学法童僧，心中贪求讲法辩论的名声。然而即使在白发苍苍的老年可以获得博学的格西或堪布等学位，但在人间享受安乐的时日又能有多久呢？

在家、出家总的情况，一般可分四种：身心俱出家、身出家心在家、身在家心出家、身心俱在家。颂中所说即“身出家心在家”的情况。虽然外相上剃须发、著法衣、远离尘境，所学亦是诸佛菩萨的经论至言，但心中所思却是如何在佛教团体中求取名闻利养。所以即使广学教法、好乐讲辩，但目的也只是想出人头地，令自己从默默无闻的小僧人，变成名位显赫、供养丰厚的大法师。此即说明其相续中根本未觑破世法，故而披着袈裟追求名利，身出家而心不出家，一切所作都是轮回生死的业，与解脱背道而驰。

憨山大师十岁读书时，母亲督课非常严格，他觉得很苦，便问母亲：“读书作什么？”母亲回答：“作官。”他又问：“作何种官？”母亲说：“从小官作起，若有能力则可官至宰相。”大师接着问：“当了宰相又如何？”母亲说：“罢（到此为止）！”大师不禁叹道：“可惜一生辛苦，到头来只是罢了，那作他又有何用，我想只该作一个不罢的。”母亲说：“象你这样的不才之子，只可作个挂搭僧。”大师便问：“何为挂搭僧？”母亲回答：“僧是佛弟子，行遍天下自由自在，随处有供养。”大师欢喜地说：“作这个正好！”母亲又说：“只怕你没这个福分。”大师问道：“出家为何还要福分？”母亲回答：“世

间作状元的常常有，出家作佛祖的哪里常常有？”大师说：“我有这个福分，只是怕母亲舍不得。”母亲说：“你若真有这福分，我就能舍！”以上是憨山大师在《年谱》中的自述。

大师十岁时便有如此非凡的悟性能看破世间，的确稀有难得。就如同大师所说，无论在家或出家，只要是追求名利，最终必定是“竹篮打水一场空”。即便如愿以偿，试问又能有多少时日享受呢？所享受的又有何实义可言呢？

【轻视三学修道之功德，

耽著今生积财伪僧徒，

临死之时仍不知餍足，

奈何阎罗法律无情面。】

轻视戒定慧三学的修道功德，唯一耽著今生积集资财而伪装修行的僧人，于临终时仍然不知满足，无奈阎罗死主的法律无有任何情面可谈。由于自己一生中未能修集三学功德而虚耗信施，所以后世必定披毛戴角以偿还宿债。

对于此理，《竹窗随笔》中有一个十分相合的比喻：“比如我们读书是为求取功名，为求功名故而带累许多亲邻提供所需，以供自己读书。倘若功成名就，当然是

足以报答；但若名落孙山，则负欠甚多。”与此喻相同，我们出家是为成就道业，有缘施主因此才供养我们资财。若能成就三学功德，则足以回报信施；但若轻视三学的修习，只知积累世间财富，甚至于心中埋怨信施寡少，则来日必定以牛马之身偿还宿债。

昔日真净禅师住江西归宗寺时，每年都有化主回到山上，带回诸多所化之钱财、谷物、布匹等。禅师见到这些财物便皱眉说：“这些都是信众的膏血！我惭愧无有道德，如何担当得起？”《禅林宝训》中有一则公案：雪堂和尚本来生在富贵之家，但其日用十分节俭。在乌巨山时，有衲子献其铁镜一面，和尚说：“此处溪流清澈可照毛发，要此何用？”最后亦未接受。

【白发苍苍衰败之老人，

尤作多年计划度人生，

不思己如即灭之油灯，

将到中有应备行路粮。】

虽已是满头白发、身心衰败的老人，心中却还在作多年的计划以期度过人生，而从未想过自己就如同即将熄灭的油灯，很快将要步入中有，此时应当趁早为自己准备好中有的行路资粮。

此颂中“多年计划”与“即灭之油灯”相互矛盾，

因为前者是缘现法希求久住的颠倒妄想，而后者却是生命无常的不变事实。如果落入常执的颠倒中，便会障碍对生命无常的认识，也就不可能将身心转入准备中有资粮的修行中。以贪执现法的力量驱动，即使死期将至老人仍不死心，依旧在心中反复盘算五年、十年乃至更多年后的计划。假如心中耽著子女，便会想：儿子何时成家，成家后自己要如何帮忙照顾孙子，待孙子长大后要上大学等等。如此这般的计划无有休止，实际皆唯迷乱心的颠倒妄想罢了，但被常执蒙蔽心智老人，却宁可将人生最后的余光亦付诸痴心妄想中，而不愿对切身的生死大事稍加用心。彼即如同待宰的牛羊，在被押往屠宰厂的路途中，还妄想着明日如何在草原上饱食嫩草般，愚迷不已。

佛陀曾告诉我们：人命只在呼吸之间，一气不来便是隔世。青年人尚且如此，更何况老年人，所以世间老者们应有自知之明，仔细返观自身：早已是鸡皮鹤发、耳聋眼花、神智模糊。因此，在人间存活的时日已经不多，如同夕阳顷刻便会落山，又如寒冷秋末的衰草很快便会凋零，故应早日了结世间一切琐事，一心为后世准备。

下面再以公案说明，老人应当如何准备中有资粮。

唯有随学公案中的人物，舍弃现世一心修法，最终才能死得安乐。

清朝年间兴化有一蒋氏妇女，四十岁时丈夫亡故，安葬丈夫之后，他哭着对儿子说："一旦无常到来，谁也无法代替谁。假如今日我也如你父亲一般死去，你也无可奈何。从今以后，我要一心持斋念佛，不想再被闲事牵缠。"儿子顺从母意，在家旁边建了一间房屋，母亲住在里面足不出户，一心一意持念佛号，寒暑无间。五年后的五月二十日，她忽然对儿子说："你买木头作龛，我将于二十三日中午往生西方。"说完之后，她又到邻居家告别。到了二十三日中午，蒋氏果于念佛声中安然而逝，并且自放三昧真火焚烧木龛。

蒋氏以五年时间精进准备往生极乐世界的资粮，因其下定决心了结现法，故能五年如一日，足不出户一心一意念佛、修集净土资粮。如是用功精纯，所以临终时洒脱自在，无一丝牵挂。

宋朝王龙舒是国学进士，博览经史，曾撰著数十万言的《六经训传》。一日，他忽然舍弃这些书籍，并说："这些书只能增长业习，并非最终解脱之法，我要立志求生西方极乐世界！"此后便精进念佛，六十岁时生活仍非常俭朴，布衣蔬食，每日千拜，深夜方才眠卧。临

终前三天，他告别亲友，临终之日，照常读书之后礼佛、念佛，忽高声念弥陀名号，并说："佛来接我！"言毕，站立而化。

听闻上述公案之后，老年人心中应当有所触动。在即将面临死亡的风烛残年，不应再去筹划发展现世法、缘现法作五年、十年的计划，而应尽快彻底放舍此生之事——现世眷属、财产、地位、琐事，然后唯一缘念死亡无常，准备中有的行路资粮（若欲求生西方净土，则须事先修集好往生资粮）。若能如是事先了结，无论死亡何日到来，都可无牵挂地撒手而去，如此行持才是有智慧的老人。

下面三颂是对青年人的教诫：

【风华正茂倨傲之青年，

心中无有死亡等忧怖，

忽然瞬间阎罗狱卒到，

捆缚脖颈时生大忧恼。】

风华正茂的傲慢青年，心中根本不忧虑、怖畏死亡，仿佛死亡与自己毫无关系。然而一旦死主如暴雷般瞬间降临，阎罗狱卒用业力的绳索紧紧捆缚自己的脖颈时，心中必会生起巨大的忧恼。

青年人往往会认为：我如今身强体壮、耳聪目明、

神智清晰、朝气蓬勃，又怎会死亡呢？此种想法虽看似合理，但须知阎罗死主实不留任何情面，无论男女老少，死缘一旦积聚，他便会毫不延迟地将你拖往后世。所以面对死亡时，单凭此种无知愚痴的傲慢又有何用呢？

《集法句经》云："若众多男女，强壮亦殁亡，何能保此人，尚幼定能活。一类胎中死，如是有产生，又有始能爬，亦有能行走，有老有幼稚，亦有中年人。"经中所说是否属实，大家可以去火葬场调查。事实上，每天虽有许多人死亡，但以寿量穷尽而自然老死者仅占少数，大多数都是以内外死缘，未圆满寿量而死，如以疾病、自然灾害、车祸、凶杀、战争、事故等而死；死者中有青年人、中年人，也有许多少年儿童，非老年死亡的数目相当庞大。

因此，青年人自以为身体强健无病、不会死亡的想法，其实只是以坚固常执引起的非理作意，根本不符真相。大恩上师在一首道歌中说："青春妙龄少男少女众，心中若不思维定死亡，死主怨敌似空中霹雳，不知何时降临真可悲。"正值青春妙龄的少男少女们，心中不思惟自己决定会死亡，反而颠倒地认为，在青春年少的时代，应当纵情享受五欲六尘。此即如同无知的孩童在燃烧的宫殿中戏耍，而不知大难将至，甚是可悲。虽然人

有老少之别，但在“必须修行”这一点上，却无任何差别。

如果未能把握时机修习安乐之源的正法，则无论是老年死或少年亡，死时皆会产生忧恼痛苦。古人常言：“莫待老来方学道，孤坟多是少年人。”即便是青年人也应时时痛念无常，切莫悠悠忽忽徒耗时日。暇满人身如此宝贵，现在又值风华正茂的青年时代，若不趁色力强健时努力精勤于正法，一旦死亡降临必定后悔莫及。

【彼此相恋韶华之男女，

心中无尽甜言与蜜语，

妄想终身不分同度日，

怎奈不知寿命能长否？】

彼此相恋的青春男女，以情爱的推动，心中有说不尽的甜言蜜语，妄想长相厮守、永不分离，怎奈业力无情，不知他们的寿命能否长久？

古人说：“夫妻本是同林鸟，大难来时各分飞。”以业力的推动，青年男女因暂时相爱而组成家庭，但这也只是暂时因缘的虚幻假合，并无常恒坚固的自性。一旦死主不期而至，必将显现彻底分离，暂时的假合决定是以破灭而告终。在人世间，每天都有许多青年男女结婚成家，希望彼此相守、永不分离，但最终结果却是无一

例外的家破人亡。而且情执愈是深重，最终分离的痛苦即愈发强烈，由此可见，痛苦的根源即是颠倒常执。我们不妨仔细想想，倘若一个人欲将永恒的幸福建立在暂时假合的因缘之上，最终结局除了感受幻想破灭的痛苦之外，又有何实义可得呢？所以，常执的确是无量痛苦的根源。

【往年家世圆满富饶者，
今日众多变迁受痛苦，
无常本性现于意端时，
必当厌离一切有漏境。】

往年家境圆满富饶的人家，今日许多皆已衰败，沦为感受痛苦的可怜悯者。当无常的本性显现于心头时，必定会厌离一切有漏的境界。

以藏地而言，如果某户人家拥有几百头牦牛，便可称得上是富裕人家。但若由于冬季气候过于寒冷而将牦牛冻死，则来年春天，这位富人便会沦为沿街乞讨的乞丐。在汉地也经常发生类似现象，如股票狂跌往往会令一位百万富翁一夜间便沦为债台高筑的破产者。所以，有漏财富并无丝毫坚实的自性，最初积聚而起，终必销散而尽。《中观四百论》云：“故说凡无常，一切皆是苦。”当“有漏法生灭无常的本性”于心中明现时，便会了知，

一切有漏法都是无自在的痛苦自性，不可能有真正的安乐存在。

【白牙三十颗颗自散落，

满身皱褶犹如盘山路，

如是临近死神之呼唤，

懵懂如初岂不如牦牛？】

三十颗白牙一颗颗地掉落，全身皮肤也开始生起一道道如盘山公路般的皱纹。这些现象都是临近死亡时死神的召唤，虽然自己分明已现量体会，但却依旧蒙昧暗钝而不知警醒，这难道不是与牦牛同样愚痴吗?

在汉地，民间流传着这样的警世语：据说有一老者死后见到阎罗王，便埋怨阎罗王未预先通知，就突然将他带到中有。阎罗王回答："你阳寿将尽的消息，我不止一次地向你报信：你的目光渐渐昏暗，这是我通知你死期将近的第一封信；你的耳朵渐渐变聋，这是第二封信；你的牙齿疏松掉落，这是第三封信；此外，你全身器官的功能逐渐衰退……，我给你的通知不知有多少啊"

我们都是有智慧的人类，不应如牦牛般迟钝，牦牛即使在被牵往屠宰场的途中，也不会为死亡作准备，直到利刃抵在脖子上，它才知道死主的降临。但是我们的

灵性比牦牛大得多，为何见到死神的召唤还如此麻木呢？良马无须皮鞭抽身，仅见鞭影便知前行。如是，真正的智者，即使见到自己极其轻微的身心衰相，亦会分外警觉、转为道用，而非充耳不闻或执著非法。这些死亡来临的征相，都成为极好的警策，比如，若遇身体有恙，或感觉体力衰退，或发现记忆力下降，即会警觉来日无多，应加倍努力精勤正法，此即“良马见鞭影而行”。所以，若能提起正念仔细洞察，则不难发现时时处处都能收到死亡的信息，具智慧的老者见此更应即刻警觉：死亡即将到来，应当把握生命最后的时光，一心依止正法，皈命阿弥陀佛，心心念念回向、发愿往生西方极乐世界，这才是一生中最大的事。倘若在此生命尽头还要耽著财眷名利而不能猛然觉悟，则确实如同牦牛一样可怜。

【再过一年至明年今日，

众多健者已命赴黄泉，

谁人敢说此中无自己，

故而死路并非很遥远。】

再过一年到了明年的今日，许多目前健在的人，届时皆已命赴黄泉，谁敢保证其中一定没有自己，所以死路离我们并非很遥远。

比如，现在是两千零五年十月，待到明年两千零六年十月时，此次《广论》的听众当中，便会有一些人已与现世永别，这是绝对可以确定的。姑且不说太大的范围，即便是在我们学院，每年都会有一些人死亡，一年之内无人死亡的情况，在这十年中根本未出现过。所以到了明年十月，听众当中决定会有先行离世者，而其中是否包括自己，任谁也不敢保证。且不说一年之后，即便明天将会发生何事，我们也无法了知。诸位可以反问自己："我能保证一年之内绝对不死吗？"若能保证，则应有决定成立的依据，但这样的根据谁也拿不出来。所以，未来的生死很难预料，充满未知的因素，也许食物中毒而死，或摔一跤就死了，也可能被痰哽住而死，或者遇上车祸而死，或因脑溢血而死，也可能得艾滋病而死。因此死缘极多、活缘极少，任谁也无法保证不会遭遇这些死缘。

我们距离死路，近到中间只隔一口气的程度，而非有五米、十米之遥。一息尚存即是生路，一气不来便是死路，可见不说明年，即便明天是否会变成披毛戴角的旁生，自己亦无法确定。雪峰禅师说："一盏孤灯照夜台，上床别了袜和鞋，三魂七魄梦中去，未知明朝来不来"人命确实只在呼吸之间，所以诸位道友定须珍惜

人生，切莫放逸。

【世间之人再过百余年，

不留一人决定都死亡，

正如梦中短暂迷乱现，

追求今生有何精要义？】

现在存活于世间的男女老少，再过一百年后决定都会死亡，无一存留于世。此即如同梦中短暂的迷乱显现一般，那么追求今生又有何实义呢？不过是“梦里观花、水中捞月”罢了。

唐代小说中有著名的“黄粱梦”与“南柯梦”。其中，“黄粱梦”的故事是说：有一庐姓书生，欲进京考取功名，途经邯郸时很是疲倦而欲作休息。身旁有一老翁洗好了黄粱米正欲煮饭，见其疲累便将枕头借予庐生，书生头靠枕头很快便入睡进入梦境。他梦见自己金榜题名，高中进士，并且娶妻生子，很快又官至宰相，整整历经四十年的富贵功名，显赫一时。最后因犯罪而将被斩首时，他猛然惊醒，回头一看，身旁老翁的黄粱饭尚未煮熟。老翁见他醒来便说：“四十年的功名富贵，很是畅快吧！”庐生心想：“他怎会了知我的梦境，想必是神仙来度化我。”于是便舍弃功名，随老翁遁世修道。

庐生黄粱一梦历经人生四十寒暑，此中先是功成名

就，尔后成家立业，仕途亨通，最终枷锁系身沦为死囚。正梦之时真真切切、样样实有，但惊醒时一切皆归空无，于是心中感悟：现实人生亦如同四十载的梦中生涯般，其实都是暂时的迷乱显现，毫无实义。故而看破红尘，遁世修道。

寂天菩萨于《入行论》中说："仇敌化虚无，诸亲亦烟灭，吾身必死亡，一切终归无。人生如梦幻，无论何事物，受已成念境，往事不复见。"百年人生确实是一场梦，从最初中阴身业识以迷乱而入胎开始，即如同以睡眠因缘进入梦境般；入胎后至死亡间的一期相续，即等同于梦中的种种经历。虽然人的一生会显现种种境界，正显现时亦有苦乐相随，但实际上并无心外之法，一切皆唯自识随缘显现，而自心妄加执著、认假为真而已，故与梦中苦乐全然无别。我们不妨自问："在数十年的人生中，虽然一直都在心外执著追求，但至目前为止，又何曾真正抓住什么？细思便知，何者亦未曾抓住过。"存活时的一切显现皆与梦境无别，唯是暂时迷乱显现而已。最终人死时即如梦境破灭，空无所有，所以寂天菩萨说："吾身必死亡，一切终归无……受已成念境，往事不复见。"佛于经中亦云："却来观世间，犹如梦中事。"

因此，致力追求现世八法，皆唯徒劳辛苦而已。宗喀巴大师于《菩提道次第广论》中亦如是告诫我们：“为追求利养、恭敬、名称等世间法所付出的一切辛劳，都是如同以风扇吹扬空虚的谷壳般毫无实义。”唯有在此处看破放下，方能真正趣入修道。

【与己童年友好之同伴，

多数飘零东西无定处，

眼见众多流转中阴身，

自己决定不可常住世。】

童年时代与自己友好的伙伴，至今多数都已东西飘零、居无定所。亲眼目睹其中许多皆已死亡，正在中阴险道上独自随业流转。看看他人，想想自己，即能了知：自己决定不可能在此世间长久安住。

此颂内容应联系实际作具体观想，即观想自己童年时的伙伴、少年时的同学等，一一观想他们现在的处境。如是联系实际而思维，便会明白世事无常、生死难料，与已故的亡人相同，自己也必定会显现死没无常的本性。

以下三颂宣说“死主到来无缘遮止”的内容。

【难忍阎罗使者来到时，

无缝坚固城堡中躲避，

图以十万甲胄作护卫，

然终无法人间停一时。】

当难忍的阎罗使者忽然降临时，即使你躲藏在无有任何缝隙的坚固城堡中，并试图派遣十万士兵严加保护，但也无法在人间稍留片刻。在人间如果有外敌侵犯，我们可以用这种方法遮止，但死亡是有漏身必然的结局，当死期到来，无论你藏身何处，业力便在当下显现。

【设若尔曹财宝遍三界，

岂料阎罗魔众拒受贿，

威慑三界梵王与帝释，

想免死道亦无有办法。】

面对阎罗死主，即使你献上充满三界的金银、美钞，阎罗死主也不会见钱眼开而接受你的贿赂、免你一死。姑且不说人间巨富，即使是威势震慑三界的大梵天王与帝释天，想要避免死道也无有办法。

比如，当今世界首富的钞票不知可以堆满多少房屋，然而当他临死时，这些钞票既不能令其不死，又不能减轻临终的痛苦。我们不妨想一想，仅凭满屋子印有人头的纸，怎能令人不死？又怎能减轻死亡的痛苦呢？假如金钱能够阻止死主的脚步，则应将临终之人置于银行的金库内，如是便可免于一死，但这是不可能的事。

下面我们再来看看天人能否遮止死亡：

昔日，忉利天有一天子临死前五衰相现，他便用神通观察死后的去处。当他见到自己死后将投生于“拘夷那舍国”中一头满身疥疮的母猪腹中时，心中惊恐万分，镇日忧恼不已，不知如何是好。有一天人见状相告：“此时释迦佛正在天界为母说法，你为何不去祈求佛陀救护呢？”他听后立即前去礼见佛陀，于佛前誓受三皈。他依佛教导，用七天时间精进修行，结果死后投生于“维耶离国”，成为一豪门望族的子孙。《普贤上师言教》中说：我乳轮王虽曾是统治四大部洲的金轮王，并且与帝释天共同主宰三十三天，甚至以其福德力能够打败阿修罗。但其最终亦因一念害心而从宝座上翻将下来，坠堕在地，在欲望未满足中死去。佛于《涅槃经》中亦云：“虽然得到梵天之身，甚至生到最高的非想非非想天，但死后还将堕入三恶趣中。”

由上述公案与教证可知，即使具大福德的天人，在面对死亡时也显得异常脆弱、恐惧，束手无策。死主处理一个天人，就象大人拎小鸡一样简单。所以，除了一心依止上师三宝之外，没有任何解救的办法。

【身体美貌犹如彩云般，

通达诱人种种巧幻术，

无奈夺命阎魔众威军，

微汗毛许不为汝所动。】

即使身色容貌如彩云般美丽动人，而且通达各种献媚诱人的灵巧方法，但怎奈夺人命根的阎罗死主的军队本无情欲，连一根汗毛也不会被美色所动，所以仅凭一副现似美丽的臭皮囊，岂能打动死主而免于一死呢？

比如唐代的杨贵妃，不仅容貌姣好，且又精通音乐，入宫之后，深得玄宗宠爱，被册封为贵妃。白居易曾于《长恨歌》中说：“一朝选在君王侧……从此君王不早朝。”自从杨贵妃被选在唐玄宗身边之后，玄宗便再也未上过早朝，可见她迷人之深。正因杨贵妃深得皇帝宠爱，致使其兄杨国忠伺机操纵国政，以致政事败坏。其后安禄山即以诛杀杨国忠为名叛乱犯上，玄宗逃至马嵬驿（今陕西兴平），众将士认为罪在杨家，处斩杨国忠之后，又逼杨贵妃自缢而亡。如杨贵妃这般倾国倾城的绝代佳人，在业力现前时，也只是落个活活被吊死的悲惨下场，尚且不如一相貌寻常的平民女子死得安祥。所以在阎罗死主面前，美色又有何用呢？

以上三颂已宣说死主到来无法遮止的内容。虽然世间之事皆可用美色、金钱来通路，外敌入侵时也可以城堡守护，但唯独对于死亡无法打通。阎罗王铁面无私，

不讲任何情面，一切金钱、女色、权势、地位到此都无作用。所以死亡这件事最公平、最无私，如果一个人相续中具有修行功德，即便他是身无分文、地位卑微的乞丐，死时也会安祥自在、非常尊贵。否则，纵然是地位显赫或貌美如花的人间宠儿，死时也同样会痛苦惊慌，如狗一样下贱。故应了知，唯有修习善法才有实义，明白此理后，就当好好用功修行。

以下五颂中，大恩上师语重心长地劝导我们精进修法：

【昔人有病无病皆死亡，

请你静心慎重细思维，

以己决定死亡为鞭策，

由此当速精勤解脱道。】

过去一百多年前，曾经生存于此世间的人们，无论有病无病，迄今为止皆已全部死去。所以，请你们静下心来慎重、仔细地思维自己的生死大事，以决定死亡的信念鞭策自己，趁气息尚存之际，迅速精勤修习解脱道，务必不能错过如是万劫难遇的良机。

须知，对于轮回中的琐事不去考虑倒也无妨，但生死是切身大事，稍具智慧者皆应冷静慎重地思考、用心抉择。此世间之人与其所作之事，大致可分两种：一种

人是耽著现法的庸俗凡夫，唯一追求名利，所作一切对于死亡毫无利益可言；另一种人是舍弃今生的修行者，唯一追求道德，所作皆对死亡有实际利益。如是了知后，即应结合自身认真思维抉择：既已获此难得人身，自己应选择作何种人、行何等事？既然平时对于一些微不足道、毫无义利的轮回琐事都要忖度良久，为何唯独对于生死大事却不认真考虑呢？

佛印禅师曾对苏东坡说："子瞻胸中有万卷书，笔下无一点尘，为何对于性命便不知下落？"子瞻你的胸中蕴藏万卷书，笔下无一点尘俗气息。象你这样博学清高之人，为何对于自己的性命却茫然不知下落呢？无常迅速、生死事大，故万万不能轻忽草率、漠然视之。我们应当依照大恩上师的教言，静下心来慎重思考一生的大事，如理抉择自己应作何种人、该行何等事。如是善加思维抉择后，即应迅速精勤地付诸实践，一分耕耘才有一分收获，否则明日复明日，一旦死亡到来，将如何以对？最后决定是落个"生时不努力，死时徒伤悲"的悲惨结局。所以，恳请诸位谨记大恩上师此颂最后两句教言："以己决定死亡为鞭策，由此当速精勤解脱道。"

【管理万户人众之官员，

死时无权带走一伙伴，

亦无权享一口食物故，

唯一有利正法勿退失。】

即使是管理一万户人民的官员，死时同样是“万般带不去，唯有业随身。”他没有权力带走一个眷属，也没有权力享受一口食物，死时唯一能够利益自己的，唯有正法，因此恳请诸位道友，千万不要退失对正法的修行。

以法国国王路易十六来说，当年他在凡尔赛宫的生活极其奢华。据资料统计，凡尔赛宫内一年饮用的葡萄酒便价值七十九万法郎；仅仅所食鱼肉的价值即高达三百四十七万法郎；点蜡烛的费用亦超过五万法郎。至于王宫当中的宫仆、侍臣，更是多得令人难以置信，比如，御膳房的厨师便有两百五十九人；国王的秘书官将近千人；王后的侍女也有五百人；凡尔赛宫的宫女与侍臣共计一万六千人，其中尚不包括一般的贵族与朝臣；此外还拥有近万名的禁卫军。王宫中的御用马匹有八千九百匹，御用车辆一百多辆。路易十六每次外出时，无数车马排成长长的蛇阵，威风气派如天人一般。凡尔赛宫还有二十九座庭园、四座瞭望台、喷泉、瀑布等，并且四季鲜花盛开，非常美丽悦意。

尽管如此风光鼎盛，但随着法国大革命的爆发，国

王路易十六与王后双双被推上断头台。此种情景正如吉祥胜逝友所说：“天王任何富，死赴他世时，如敌劫于野，独无子无妃，无衣无知友，无国无王位，虽有无量军，无见无所闻，下至无一人，顾恋而随往，总尔时尚无，名讳况余事。”如同路易十六在断头台上，死得孤独而痛苦，没有国土与王位，一万六千名宫仆、侍臣无一相随而去，平生所享用的衣食、车马、园林丝毫也带不走。只有独自一人在极度恐惧中受刑而死，死后还须感受恶趣苦果，所以现世的荣华富贵有何实义呢？就如憨山大师所说：“荣华原是三更梦，富贵还同九月霜，老病死生谁替得，酸甜苦辣自承当。”因此唯一能够真实利益我们的，就是正法，它在生前、死后都会伴随我们，是我们唯一的至亲、最真实的受用。所以，大恩上师在此劝戒我们：“唯一有利正法勿退失”。

《普贤行愿品》云：“又复是人，临命终时，最后刹那，一切诸根悉皆散坏，一切亲属悉皆舍离，一切威势悉皆退失，辅相大臣、宫城内外、象马车乘、珍宝伏藏，如是一切无复相随。唯此愿王，不相舍离，于一切时，引导其前。一刹那中，即得往生极乐世界。”所以，我们应随学普贤行愿，以愿王的引导往生极乐世界，此乃一生中最有实义之事。对此关要须精进不退，若在此

处落空，死时将无丝毫保障，沉重的业山必定会将你压垮。

【今生灭尽显现业惑苦，

虽多亲友不能替一分，

泪流满面无可奈何故，

如今精勤求法莫懈怠。】

灭尽今生一切显现的命终之时，相续中以恶业、烦恼引生的痛苦，即使亲友再多也不能替你代受一分。虽然他们泪流满面不舍与你永别，但也无可奈何，确实是“各人吃饭各人饱，各人生死各人了。”所以从现在开始，即应为成办自己的切身大事而精勤寻求正法，千万莫要懈怠。

此处老年人尤应警醒，现在即须精勤于正法，不应再拖延时日。有一则故事或许能给你们一些启发：有一只狐狸趁夜深人静时潜入厨房，吃饱后便在厨房睡着了。天亮之后无法逃脱便欲装死，待人离去之后再行逃跑。稍顷，人们看见死狐狸，有人想将它扔掉，另一人则说：“狐狸尾巴很好，等我割下来再扔。”狐狸听了很害怕，但还是忍痛让人割下尾巴。接着又走过来一孩童，想要狐狸的两只耳朵，狐狸一听更加害怕，但想到割掉耳朵还不至于送命，便索性强忍痛苦，由人割掉双耳。

然后又有人说："狐狸皮很好，可以修补皮衣。"这下狐狸惊恐万分，心想："要剥我的皮，一定会砍头剖腹，这如何受得了！"就在这生死关头，它鼓足勇气奋然跳起，没命地向外狂奔，这下总算逃脱一死。

故事的喻义是：轮回牢狱中的我们，即如同贪吃的狐狸被困在厨房中。既已托胎为人，则难免一死，若不借此暇满人身精进修法、奋志出离，又怎能死里逃生呢？尤其老年人已经错过人生太多时日，就象狐狸已经失去尾巴和耳朵一样。如今晚年则更加衰败，很快将被死主"剥皮"，若仍不下定决心求生净土，又怎能跳出三界、蒙佛接引而往生净土呢？所以，你们应唯一依靠上师阿弥陀佛，一心一意求生西方。现世的亲友、财富、受用……在死时毫无助益，假如没有上师阿弥陀佛的加持，如何忍受临终时"生龟脱壳、活蛇剥皮"的剧苦呢？又如何保证临终时不会颠倒错乱？我们都是满身业障的凡夫，不能说大话。自己的能力会有多大？为什么还不皈依上师阿弥陀佛，赶紧修法？临死时手忙脚乱又有何用！

【若能观想一切内外法，

乃为指示寿命无常书，

自然道歌虽然无边际，

仅以此歌奉献忠心友。

再听诚挚情深知心言，

轮回万物非有依靠故，

为得恒时无漏之圆满，

现今应当修法披誓甲。】

此二颂是大恩上师最后的教诫。

如果能够观想一切内外诸法都是指示寿命无常的书籍，则自然道歌虽有无量无边之多，但在此处我仅以这首道歌献给忠心的道友们。最后，请你们再聆听我这个老人发自肺腑的诚挚之言："轮回中的万法确实无有任何可靠之处，所以为能获得永恒的无漏圆满，你们从现在开始即应披上誓言的铠甲，乃至成佛之间，日日夜夜不断地修习正法。"

关于"诸行无常，不可依靠"的道理，我们可引经典进一步说明。如《大戏乐经》云："此有为行，唯心造作，犹如坯瓶，无常散坏。行如空城，为雨沮坏，淤泥不坚，渐当磨灭。亦如河岸，积沙所成，自性怯弱，为水流荡。行为风灯，生灭不住。行如聚沫，不可撮持。行如芭蕉，中无有实。"一切有为法唯一是以分别心而造作，如同未经烧制的泥瓶般，很快便会散裂毁坏。又象是空空的土城，被大雨淋浸之后，非坚实的淤泥城墙

便会渐渐磨灭。又如大河的两岸，仅由泥沙暂时堆积而成，自性本来脆弱，很快会被河水层层冲刷荡尽。一切有为法又象是风中的风灯，刹那生灭不住，无有丝毫稳固的自性。又如水中泡沫般，无法把捉，皆是空幻无实的显现。又如同芭蕉树，根本无有半点坚实可得。如是观察后即当了知：轮回万法皆是生灭无常、不可依靠的虚诳之法，故应放舍这一切而去寻求无漏真实的圆满。这也正是出家修行的原因所在。

大恩上师于《岩洞老人颤抖道歌》中说："虽生六道高低任何处，除苦之外无有安乐时，恒时不变究竟胜安乐，修持无漏之果正是时。"无论我们生在六道中任何崇高或低劣之处，除了感受痛苦以外，无有丝毫真实安乐之时。所以对于恒时不变、究竟安乐的无漏胜果，今日正是精进修持之时。诸位好不容易暂获此如意宝般的暇满人身，又值遇善知识而有缘修习佛法，即应善加把握此千载难逢的良机，尽此一报身，往生极乐国。

道歌的正文至此已宣讲完毕，下面是大恩上师的发愿回向偈：

【愿我从今乃至虚空尽，

怙主文殊上师常敬礼，

为度困苦众生传深法，

誓同文殊勇士伟大心。】

大恩上师如是发愿：愿我从今日起直至虚空穷尽之间，恒常恭敬礼拜怙主文殊上师——全知麦彭仁波切，并为救度沉溺于生死苦海中的无量有情而为彼传授甚深妙法，愿我的发心与文殊菩萨的愿心一般伟大。

我们都是承蒙大恩上师法恩的受教弟子，应当随学上师的伟大发心，与上师一样发愿，即一方面要发愿生生世世不离大恩上师——法王如意宝，另一方面须发愿生生世世常行菩萨道，尽未来际救度十方世界一切有情。希望诸位道友都能如是发愿，立志作一个顶天立地的大丈夫。

【此同于三十二妙相数字之颂，乃以道友俄仔亚纳反复劝请为助缘，兼以自己心相续中对无常生起厌离心为能作因，故依心中显现如实而作，阿旺罗珠宗美于甲辰年元月二十七日。愿一切吉祥！】

最后，请诸位将此次讲闻善根，回向汉地佛教兴盛广大，有情都能生起无常正念，离苦得乐！

二00五年藏历十一月十五日（大恩上师法王如意宝涅槃二周年纪念日）在喇荣圣地，由录音整理成文。

思 考 题

厌离今生之歌

1．解释题目：

1）厌离什么？2）为什么要厌离？3）什么是歌？4）森林杜鹃比喻什么？5）为什么要这样比喻？6）为什么称之为妙音？

2．通过学习大恩上师在道歌中对全知麦彭仁波切的祈祷，你将如何随学上师而作祈祷？

3．大恩上师宣唱此道歌的等起是什么？

4．请仔细思维“所谓财富虽为众人希求处，实为劳碌身心增加诸痛苦，即便美妙衣食亦不忍受用，临终引起贪执障碍解释道”的意义。然后请说明众人所希求的财富为什么是痛苦的根源？如何才能摆脱这种痛苦的系缚？执著财物会有哪方面的障碍？如何对治这些障碍？

5.请问如果一个人很富有,那么他是否一定拥有安乐？如果是为什么？如果不是为什么？通过学习此道歌，你在心中重新确立的衡量安乐的标准是什么？

6．请结合鲜花与彩虹的比喻说明财富、受用的无常性，

并且请说明对轮回之乐生厌离的原因。

7．请仔细思维“风华正茂蜜蜂享受花精粉，陶醉悦意花园难舍又难离，秋末寒冷使者突然降临时，烦乱萦绕心头无法排遣去”的含义。说明与此比喻相对应的意义，并说明什么是坏苦？坏苦为什么是苦？

8．请说明两种人生追求及各自最终的结果，再结合《广论》分析产生这两种结果的原因。

9．通过学习此道歌，你将如何观察生活中的外表假相？观察之后，你受到何种启发？

10．有人说：“家家户户、祖祖辈辈都在为衣食住行忙忙活活，那我们现在这样做又有什么不对？”对此观点请给予如理评析。

11．有人说：“人活在世上，对金钱可以看淡，对人情却不能忽略，必须要敌友分清，亲怨分明。”对此观点，请给予如理评析。并且说说通过学习此道歌，你如何转化相续中的贪嗔烦恼。

12．请回答对男女之间的情感为什么要生厌离？

13．通过学习“青春韶华同龄少男少女众，互相含笑睥睨恋恋又不舍，情投意合心中虽愿长相聚，来日苦乐谁知由然悲心生”的意义，请说明如何冷静对待“生命诚可贵，爱情价更高”的观点。

14. “不定长久相聚一家众亲属，犹如集市旅客虽然暂相聚，然以昔业六道不定而去时，互相各奔东西何方亦不知。”请说明在这一颂中比喻与意义是如何对应的，并且说明这种喻意对应体现出一个什么道理。

15. 请具体解释“坦然放松安然休息正是时”。

16. 什么是乞丐流浪的行为？对此行为为什么要希求？

17. 非法器者在对待善知识方面前后有什么样的差别？

18. 请仔细思维“赞颂具德大士之语不欲说，微细恶行闻时不作少观察，遇到何人即便精进广宣说”的意义，说明末法众生的恶相，表现在哪些方面？

19. 佛教接近隐没的征兆是什么？以比喻结合意义说明产生此征兆的原因？

20. 请以对比的方式解释“戒律智慧虽为持教之胜饰，然今众人不敬具有功德者，绸衣严饰唯得活佛名字者，虽无一丝功德然居显赫位”。

21. 请结合自身举例说明什么是对未来的妄想？什么是现实因缘的显现？二者之间为什么存在无法避免的矛盾？这种矛盾所带来的结果是什么？如何

才能解决这种矛盾？

22．请仔细思维“心中虽有人生定死之信念，然而未于死时无定精进修，从生至今之间多年已逝去，修此圣法成就心中无把握。自然而然之中造下诸多罪，渐积各种恶行心中无处容，若于今日死主阎罗忽降临，去处唯有恶趣此外更无有”的意义，以比喻结合意义的方式说明，以心念如何左右行为、以行为如何决定结果的道理。（第21题与22题请再结合《广论》中三种根本、九种因相及三种决断来思维回答。）

23．请对比解释三种不空过与三种空过。

24．为什么将耽执今生的分别念比喻为雾？

25．为什么说道歌最后四颂的发愿文含摄一切佛法的修行关要？

26．通过学习此道歌你将如何面对今生？

无常道歌·瀑布妙音讲记

1．解释：瀑布妙音

2．无常本来周遍一切时处，为何还要显示呢？

3．为什么要以思惟诸法的衰亡之相而显示寿命无常呢？这样思惟有何种效果？

4．为什么要以变化迅速的譬喻显示寿命无常？

5．为什么要以对比人与大千世界、世间尊主、诸佛菩萨而显示寿命无常？这样思惟有何种效果？

6．诸佛菩萨示现涅槃有什么必要？

7．“若未如理闻思圣教海，以估计心不能断无明，年老而成家眷九人官，临终阿伯无善转恶趣。”从因果的角度解释颂词含义。

8．为什么说“死路并非很遥远”？

9．解释：“正如梦中短暂迷乱现，追求今生有何精要义？”

10．“如是临近死神之呼唤，懵懂如初岂不如牦牛？”1）什么是临近死神之呼唤？2）从哪个方面比喻为“牦牛”？

11．“昔人有病无病皆死亡，请你静心慎重细思维，以己决定死亡为鞭策，由此当速精勤解脱道。”对于此处的内容，谈谈你是如何思维的？

12．按无常的教言，应当舍弃现世一切诸法，但是生存于此世，亦不能脱离受用、亲友、名利，且应尽责任与义务，这两者是否矛盾？应当如何圆融？

13．解释：

再听诚挚情深知心言，轮回万物非有依靠故，
为得恒时无漏之圆满，现今应当修法披誓甲。

14．在什么情况下学习佛言祖语反成轮回之因？原因是什么？应如何去对治？

15．有人说："作经忏，度亡者，本来是在行佛事，为何又说'临终罪业极明显'呢？"对此请给予评析。

16．阎罗死主给老人所发的"将死通知"的内容是什么？明明已经不只一次地通知过他，为什么老人还要怪阎罗王没有事先通知？请问您是否接到过这样的通知？如果没有请说出理由？如果有请给大家读一读通知的内容，并说说您将如何对待这种世人认为是不祥之兆的通知？

17．请结合道歌内容解释"良马见鞭影而行"的含义？对此意义您将如何运用于日常的佛法修行中？

18．有人说："无常是小乘行人所修之法，我是大乘行者，又怎能去修这样的小法"。对此观点，请结合教证、理证以及您自己的认识给予如理评述。然后再请结合《广论》中三士道的界限、意乐、发心行持及三士道的关系等给予评述。

19．有人说："人活得好好的，为什么要天天念死呢？岂不是一种消极思想。"对此种观点，请结合《广论》与自己的认识给予如理详细的评析。

20．为什么死主阎罗到来之时无处躲藏？无处躲藏与

修念死无常有什么关系?

21. 请仔细思维“昔人有病无病皆死亡，请你静心慎重细思维，以已决定死亡为鞭策，由此当速精勤解脱道。”的含义，然后说说你如何以无常作为鞭策去抉择人生之路，未来去向。

22. 通过学习路易十六的公案，请问您将如何重新确立您的人生价值取向? 您将如何启用念死无常来淡泊对财富地位、世间尊贵的追求?

23. 狐狸的故事是一个比喻，请具体说明喻义是如何对应的?